ЛАКОМКА

Идеальные блюда из МУЛЬТИВАРКИ

Домашние технологии

Точные пропорции

Секреты приготовления

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Многие, покупая такой современный многофункциональный кухонный прибор как мультиварка, мало представляют ее кулинарные возможности. Трудно представить все многообразие полезных и вкусных блюд, которые она готовит, даже изучив прилагаемую к мультиварочному аппарату инструкцию с двумя десятками рецептов. Перед вами издание, которое содержит более 500 рецептов блюд для мультиварки. Оно поможет вам на личном опыте убедиться в том, что мультиварка – великолепный инструмент для осуществления самых смелых кулинарных фантазий. Даже те сложные рецепты, к которым вы раньше боялись подобраться, с чудом современной техники осваиваются просто и быстро. Кроме того, мультиварка еще и освободит вас от лишних хлопот и нужды следить за процессом приготовления блюд.

- Ирина Анатольевна Михайлова
- Много вкуса, пользы и удобно
- Сплошные плюсы
- Минус, который на самом деле плюс
- Конструкция и принцип работы
- Выбор мультиварки
- Что можно приготовить в мультиварке
- Режимы мультиварки
- Уход за мультиваркой
- Салаты и закуски
- Ролл с угрем и сыром «Филадельфия»
- Роллы с копченой семгой
- Суши с креветками и угрем
- Горячий салат из моркови и картофеля
- Салат «Столичный»
- Салат «Вечерний»
- Салат с курицей
- Салат «Гнездо глухаря»
- Салат с курицей по-тайски
- Салат из авокадо с креветками
- Салат «Мечта»
- Салат из баклажанов с зеленым луком
- Отварной язык
- Заливной язык
- Буженина
- Рулеты из телятины с ветчиной

- Мясной рулет
- Пряный рулет из грудки с сыром
- Рулет из свиной грудинки
- Куриная ветчина
- Куриная ветчина с паприкой
- Нежный пирог из куриной печени
- Паштет из куриной печени
- Индейка с соусом из грецких орехов
- Холодец «Фирменный»
- Студень говяжий
- Куриное заливное
- Куриный сальтисон
- Колбаса домашняя
- Докторская колбаса
- Заливное из щучьих голов
- Сельдь под шубой
- Винегрет
- Овощная закуска с сельдью
- Закуска из свеклы
- Шампиньоны, фаршированные овощами и ветчиной
- Супы и бульоны
- Бульон
- Щи из квашеной капусты
- Щи из свежей капусты
- Щи с черносливом
- Борщ
- Борщ с фасолью
- Рассольник
- Суп-кулеш
- Суп-гуляш
- Харчо
- Хаш из свиных ножек
- Тыквенный суп с мясом
- Шурпа
- Фасолевый суп
- Суп с фасолью и копченостями
- Гороховый суп
- Солянка мясная
- Солянка белая
- Солянка по-грузински
- Солянка с осетриной
- Рыбная солянка
- Суп с фрикадельками
- Суп с кускусом и ветчиной

- Суп из помидоров и картофеля
- Похлебка карельская
- Суп с пекинской капустой
- Куриный суп-лапша
- Суп куриный со шпинатом
- Куриный суп с клецками
- Суп с куриными потрохами
- Суп греческий лимонный
- Уха
- Уха из семги с пшеном
- Норвежский суп
- Суп сливочный с лососем
- Томатный суп
- Суп-пюре кабачковый
- Суп щавелевый
- Суп с замороженным зеленым горошком
- Суп из чечевицы и баклажанов
- Суп-пюре луковый
- Суп а-ля «Минестроне»
- Сырный суп
- Суп из брюссельской капусты
- Суп овощной диетический
- Суп с нутом
- Суп гречневый с яйцом
- Грибной суп с лапшой
- Суп из грибов шиитаке
- Блюда из мяса
- Говядина отварная под соусом хрен
- Говяжье филе с грибами и сметаной
- Говядина по-русски
- Говяжье филе с поджаренной спаржей
- Говяжьи ребрышки с соевым соусом и медом
- Говядина, тушенная в вине
- Зразы из говяжьей вырезки с жареным картофелем
- Мясо с рисом
- Тушеное мясо
- Запеченное мясо с картофелем
- Тушеное мясо с картофелем
- Запеченная лопатка
- Мясо по-царски
- Рулет из говядины
- Рулеты из говядины с чесноком
- Рулеты из телятины, начиненные яйцами
- Рулет из телячьей грудинки с сосисками и гарниром из

разноцветного пюре
- Рулет из телятины с копченым салом и соленым огурцом
- Маринованная телятина с жареным картофелем
- Фаршированная телячья грудинка
- Картофельная запеканка с мясом
- Котлеты паровые
- Котлеты на пару с творогом и специями
- Котлеты на пару с овощами
- Котлеты с начинкой из цветной капусты с сыром
- Тефтели паровые с творогом
- Тефтели в сливочносырном соусе
- Ёжики
- Голубцы ленивые
- Голубцы с савойской капустой
- Долма
- Долма со щавелем
- Фаршированные перцы
- Фаршированные перцы в томатном соусе
- Баклажаны с фаршем
- Антрекот по-варшавски
- Свинина под шубой
- Свинина с шампиньонами
- Свинина отварная с тклапи
- Свинина духовая под соусом
- Корейка с прованскими травами
- Гуляш из свинины с овощами
- Свинина с зеленой фасолью в соусе
- Баранина тушеная в гранатовом соусе
- Баранина, тушенная с вином и айвой
- Баранина с соусом карри
- Баранина со стручковой фасолью
- Блюда из птицы
- Куриные рулетики в беконе
- Чахохбили из курицы
- Жаркое под шубой
- Куриные котлеты с помидорами
- Куриные котлеты
- Бедрышки куриные в соусе карри с ананасом
- Сациви
- Куриное филе с грецкими орехами и сыром
- Цыпленок по-охотничьи
- Жареная курица
- Жареная копченая курица
- Куриные грудки, фаршированные помидорами и сыром

- Куриная грудка, жаренная с картошкой и луком
- Куриные грудки с грибами
- Куриные грудки с перепелиными яйцами
- Куриные крылышки
- Крылышки в пиве
- Куриные ребрышки с овощами
- Куриное филе в сырно-томатном соусе
- Куриное филе в сметанном соусе
- Куриное филе с красной фасолью томатами и луком
- Куриные голени в розмариновом масле с чесноком
- Куриные голени в лаймово-соевом маринаде
- Куриные голени в томатном соусе с овощами
- Куриные бедрышки с рисом
- Курица карри с соевым соусом и лимоном
- Курица в клюквенном соусе с фасолью
- Тушеные куриные потрошки
- Куриная печень в сливочном соусе
- Куриная печень в молоке
- Куриная печень с грибами в меде и сметане
- Жаркое из индейки
- Грудка индейки с сыром
- Жареные медальоны из индейки
- Индейка под сметанногорчичным соусом
- Филе индейки с рисом и чечевицей
- Рулеты из индейки с овощами
- Индейка с клюквой и сыром
- Рагу из гуся
- Блюда из рыбы и морепродуктов
- Семга паровая
- Семга с имбирным рисом
- Семга в томатном соусе
- Тушеный лосось
- Горбуша в молоке
- Форель в сливках
- Форель с картофелем
- Треска по-польски
- Рыбные фрикадельки
- Рыба на пару с рисом
- Рыба под маринадом
- Морская рыба с овощами и сметаной
- Рыба с сыром под маринадом
- Карп, фаршированный зеленью и луком
- Гуляш из щуки
- Запеканка с рыбой и картофелем

- Запеканка из сельди с картофелем
- Креветки с яблочным чатни
- Кальмары с овощами
- Блюда из овощей и грибов
- Тушеная картошка с шампиньонами
- «Ленивая картошка»
- «Ленивая картошка» с кефиром
- Ньокки из картофеля и тыквы с сырным соусом
- Картофель в сметанном соусе
- Фасоль с луком и карри
- Баклажаны в сметане
- Баклажаны, фаршированные овощами
- Баклажаны с сыром паровые
- Кабачки с сыром и томатами
- Тушеная капуста
- Овощное рагу с томатной пастой
- Овощное рагу со сметаной
- Грибы с картошкой в сметане
- Грибы в сметане
- Грибы жареные
- Шампиньоны фаршированные
- Жульен из шампиньонов
- Грибы в сметанном соусе с цветной капустой
- Пловы и другие блюда ив риса
- Плов с фаршированным сладким перцем
- Плов с виноградом
- Плов на морковном соке
- Плов по-самаркандски
- Плов на курдючном сале
- Плов тушеный
- Плов по-хорезмски
- Плов свадебный
- Плов с тыквой
- Плов из прожаренного риса
- Плов по-ходжентски
- Плов с картофелем
- Плов по-бухарски
- Плов со сморчками
- Плов с машем
- Плов с горохом
- Плов с виноградным соком
- Плов с курятиной
- Плов из цыпленка с абрикосами
- Плов без мяса

- Плов на льняном масле с яйцами
- Плов с фруктами
- Ризотто с омаром
- Ризотто с лососем
- Ризотто с грибами и ветчиной
- Красный рис с козьим сыром
- Рис терияки
- Кеджери с лососем
- Рис-чилли по-техасски
- Рис с морепродуктами
- Рис с карри
- Рис по-монастырски
- Каши, крупенники
- Каша из овсяной крупы
- Каша из овсяных хлопьев с изюмом
- Каша из овсяных хлопьев
- Каша из овсяных с пряностями
- Рисовая молочная каша
- Гречневая каша с сушеными фруктами
- Гречневая каша-размазня
- Гречка с грибами
- Гречневик сладкий
- Гречка с овощами
- Гречневая каша на грибном бульоне
- Пшенная каша
- Пшенная каша с морковью и яблоками
- Пшенная каша с творогом
- Пшенная каша с изюмом
- Пшенная каша с тыквой
- Тыквенник с пшеном
- Запеканка пшенная
- Кулеш
- Кукуруза паровая
- Кукурузно-манная каша
- Кукурузная каша
- Манная каша на клюквенном соке
- Манная каша на молоке
- Манная каша с лимонным муссом
- Классический манник
- Запеканка манная с изюмом
- Перловая каша
- Перловая каша с грибами
- Перловая с кабачками и помидорами
- Ячневая каша

- Ячневая с салом
- Молочная каша из смеси круп с овощами
- Крупеник из разных круп
- Каша с овощами «Ассорти»
- Мучные блюда
- Лагман по-узбекски
- Лагман «Шелковая нить»
- Лагман из тянутого теста
- Лагман из тонкотянутого теста
- Лагман на укропном настое
- Лагман паровой
- Отварная лапша с кислым молоком
- Густая отварная лапша с подливой
- Манты из кислого теста с открытым фаршем
- Манты с картофелем
- Манты по-андижански
- Манты с добавлением редьки
- Манты с тыквой
- Манты, сваренные в бульоне
- Манты с маринованным мясом
- Манты с курдючным салом и сахаром
- Пельмени паровые
- Пельмени запеченные
- Пельмени с кислым молоком
- Пельмени с яйцом
- Пельмени из вяленых помидоров
- Пельмени с зеленью
- Конвертики с яйцами
- Паровые пампушки
- Паровые пампушки сладкие
- Паровой рулет с мясным фаршем
- Паровой рулет с картофельной начинкой
- Паровой рулет
- Лазанья
- Лазанья овощная
- Пироги и пирожки
- Ривьерский пирог
- Сицилийский пирог
- Ореховый пирог
- Пирог из слоеного теста с ветчиной
- Пирог по-кампанийски
- Пирог с сыром и рыбой
- Пирог с маком
- Воздушный пирог из сметаны

- Слоеный пирог с курицей
- Пирог цитрусовый
- Рулет с корицей
- Булочки с орехами
- Булочки с повидлом
- Пышки с капустой
- Расстегай обыкновенный
- Пирожки с вишнями
- Пирожки с вареньем
- Паровые пирожки с капустой
- Пирожки с ореховой начинкой
- Пирожки с черникой
- Пирожки с творогом
- Пирожки слоеные со свежими грибами
- Пиццы
- Пицца по-венециански
- Пицца по-калабрийски
- Пицца по-неаполитански
- Пицца по-римски
- Пицца по-сицилийски
- Пицца по-тосканski
- Пицца по-апулийски
- Пицца с мясом, томатами и чесноком
- Пицца по-лигурийски
- Пицца с пикантными мясными кусочками
- Многослойная пицца
- Пицца с отварной говядиной
- Пицца со свининой
- Пицца «Маргарита»
- Пицца со сборным мясным фаршем
- Пицца с курицей и сыром
- Пицца с куриным филе
- Пицца с копченой курицей
- Пицца с индейкой
- Ленивая пицца
- Пицца с куриной печенью
- Пицца «Любительская»
- Пицца «Мелани»
- Пицца с кальмарами
- Пицца с крабами
- Пицца «В гостях у Нептуна»
- Пицца «Дары моря»
- Пицца с морским угрем
- Пицца «Креветочная»

- Пицца с копченой рыбой и грудинкой
- Пицца с томатами и морским угрем
- Пицца с устрицами
- Куличи, бабы и кексы
- Кулич царский
- Кулич заварной
- Заварной кулич с изюмом
- Кулич с фундуком
- Кулич шоколадный
- Кулич миндальный
- Кулич с орехами
- Сдобный кулич
- Кулич кондитерский
- Баба кружевная
- Баба медовая
- Баба шафранная
- Баба нежная
- Баба ромовая
- Баба ванильная
- Песочная баба
- Баба ореховая
- Петербургская баба
- Баба маковая
- Баба лимонная
- Баба с шоколадом и орехами
- Баба сливочная с ванилью
- Баба тирольская
- Баба на желтках
- Баба миндальная
- Шафранный кекс
- Медовый кекс
- Шоколадно-ореховый кекс
- Бисквиты и торты
- Бисквит с ягодами и взбитыми сливками
- Бисквит с изюмом и цукатами
- Бисквит с кленовым сиропом
- Бисквит маковый
- Масляный бисквит
- Бисквит карамельный
- Бисквит кофейный с грецкими орехами
- Бисквит с красной смородиной
- Бисквит с манкой и йогуртом
- Бисквит на йогурте
- Сырный бисквит

- Торт ореховый
- Торт «Эльзасский»
- Торт творожный с клубникой
- Торт шоколадный «Саше»
- Торт со сгущенным молоком
- Торт «Прага»
- Торт с ореховым кремом
- Торт с вишнями и шоколадом
- Торт «Праздничный»
- Торт «Панама»
- Торт «Альпийский»
- Торт со сливками
- Торт миндальный
- Торт с земляникой
- Шоколадный торт
- Шоколадный торт со взбитыми сливками
- Торт песочный с творогом и черникой
- Торт с ананасовым кремом
- Торт из лесных орехов
- Блюда из яиц, молока и молочных продуктов
- Вареные яйца
- Омлет с молоком
- Омлет со сладким перцем
- Омлет с ветчиной и грибами
- Омлет с зеленью
- Омлет с зеленью и сыром
- Омлет с ветчиной и грибами
- Омлет из белков с говядиной на пару
- Омлет с помидорами и зеленым луком
- Омлет с овощами
- Омлет с соевым соусом
- Омлет из белков
- Омлет с грибами, сосисками и сухариками
- Омлет с луком
- Омлет со шпинатом и брынзой
- Омлет с блинной мукой
- Сладкий омлет
- Омлет со сливками
- Омлет с колбасой
- Омлет с макаронными изделиями
- Омлет с колбасой и помидорами
- Яичница с помидорами и сардельками
- Яичница с сыром и орехом
- Яичница с баклажаном и луком

- Запеканка творожная
- Творожно-тыквенная запеканка
- Творожная запеканка с изюмом
- Творожная запеканка с какао, изюмом и лимоном
- Тыквенно-творожная запеканка с апельсинами
- Творожная запеканка с яблоками
- Пудинг черничный
- Творожник с апельсинами
- Творожный кекс с вишней
- Шоколадно-творожная запеканка
- Медовик творожно-шоколадный со сливами
- Ананасовый чизкейк
- Чизкейк из сыра «Рама» с огурчиками и зеленью
- Творожный чизкейк
- Творожный пирог с абрикосами
- Тирамису
- Топленое молоко
- Топленое молоко с сахаром
- Сгущенка
- Домашняя ряженка
- Кефир из топленого молока
- Напитки
- Компот из сухофруктов
- Компот из кураги
- Компот из яблок
- Компот из замороженных ягод и шиповника
- Морс «Брусничный»
- Клубнично-барбарисовый морс
- Лимонный напиток
- Сбитень винный
- Сбитень хмельной
- Сбитень «Московский»
- Скороспелая наливка
- Ратафия ежевичная
- Какао «Эликсир»
- Какао
- Гжанка из шоколада
- Горячий банановый коктейль с шоколадом
- Шоколадный напиток
- Массала-чай
- Имбирный чай
- Вишневая наливка
- Мятная наливка
- Глинтвейн

- Пунш лимонный
- Ликер а-ля «Бейлиз»
- Ликер а-ля «Мараскино»
- Жженка по-гусарски
- Домашние консервы
- Тушенка говяжья
- Тушенка домашняя
- Тушенка свиная
- Тушенка из птицы
- Шпроты домашние
- Рыбные консервы
- Аджика
- Аджика с морковью и яблоками
- Икра кабачковая
- Икра из сладкого перца
- Баклажанная икра диетическая
- Баклажанная икра с перцем
- Соус из баклажанов с овощами
- Свекольная икра
- Пареная черника
- Грушевое варенье
- Варенье из красной смородины
- Джем из красной смородины
- Джем из малины
- Джем из персиков
- Джем из абрикосов
- Джем из винограда
- Яблочный джем
- Джем из моркови
- Варенье брусничное на меду
- Клюквенное варенье с медом
- Клубничное варенье
- Варенье из лесной земляники
- Варенье без сахара с брусникой, яблоком и тыквой
- Чурчхела
- Заготовка из слив с корицей для пирогов
- Консервированный напиток «Фруктово-ягодный»
- Иллюстрации
- Салат с курицей
- Овощное рагу
- Суп с фасолью и копченостями
- Молочный суп с вермишелью
- Картофель в сметанном соусе
- Овсяная каша с изюмом

- Сырный пирог с грибами
- Баница из лаваша

Ирина Анатольевна Михайлова
Идеальные блюда из мультиварки

Много вкуса, пользы и удобно

Стоило ему только сказать: «Горшочек, вари!»– и сварится в нем вкусная, сладкая, пшенная каша; а скажи ему только: «Горшочек, перестань!» – и перестанет вариться в нем каша.

Я. Гримм, В. Гримм

Само название этого универсальный кухонного прибора раскрывает его преимущества. Ведь первая часть этого сложного слова – «мульти» – происходит от латинского *multum* – много. И это действительно так. Мультиварка во всей красе показывает свою многофункциональность. Такая универсальная и быстрая помощница может заменить почти всю кухонную технику: плиту, духовку, пароварку, микроволновку, хлебопечку, йогуртницу, фритюрницу, кашеварку, рисоварку… Так что с помощью нее можно варить на пару, тушить, жарить, выпекать, делать заготовки на зиму. При этом прибор, приготавливает пищу максимально удобным и комфортным способом.

Сплошные плюсы

Этот простой и доступный по цене прибор способен разнообразить меню и намного облегчить жизнь домашнему кулинару. Хозяйки, уже начавшие пользоваться мультиварками, отмечают массу преимуществ. Их стоит перечислить.

После того, как на кухне появляется мультиварочное устройство, отпадает необходимость во время приготовления неотлучно находиться у плиты, следить за температурой приготовления, в это время можно спокойно заниматься другими делами.

Расчет необходимого времени приготовления, управление температурой и вообще практически весь процесс готовки от начала до конца берет на себя умный микропроцессор со встроенными автоматическими программами. При использовании мультиварки такие неприятности, как убежавшая или пригоревшая каша, вам будут неведомы. Даже молоко никуда не «убежит» от вас – специальная конструкция крышки позаботится об этом. Все, что требуется от владельца прибора – это подготовить продукты и правильно выбрать режим.

Таймер позволяет регулировать время приготовления блюд, имеется функция отложенного старта.

Возможность отсрочки приготовления мультиварки позволяет полноценно питаться людям с напряженным графиком работы. Например, покинув дом в 8 часов утра и установив время отсрочки приготовления на 10–12 часов, вы можете смело рассчитывать на горячий ужин, заботливо приготовленный к вашему приходу.

Даже если вы задержитесь, после того, как мультиварка закончит готовить, еда в чаше подогревается, оставаясь теплой в течение нескольких часов. Единственное «но» – режим «подогрева» рекомендуется использовать не более 12 часов, поскольку потом еда начинает высыхать.

Мультиварка – верный союзник для семьи с маленькими детьми. С ее помощью можно приготовить по-настоящему полезные диетические блюда для детского питания. Осуществляется это с помощью равномерного нагрева идеальной интенсивности. Важная особенность: большинство блюд мультиварка готовит почти без воды, т. е. в собственном соку, сохраняя больше витаминов и микроэлементов.

Она способна справиться с любым жестким мясом и протушить его до состояния «тает во рту». Кроме того, использовать мультиварку можно не только для приготовления и

быстрого разогрева еды, но и для размораживания продуктов, стерилизации детских бутылочек.

Мультиварка эргономична и компактна. Ей всегда найдется место даже на самой тесной кухне. Но внешность обманчива: внутренний объем чудо-кастрюльки позволяет приготовить обед на всю семью. Кроме того, в мультиварке возможно одновременно готовить несколько блюд, используя продукты, требующие различного времени тепловой обработки.

Мультиварка удобный агрегат для эксплуатации и ухода. Отсутствие брызг, жирных подтеков на плите и посуде порадует любую хозяйку, для уборки необходимо лишь помыть крышку и саму чашу, что не доставляет особых хлопот.

Минус, который на самом деле плюс

Скажем прямо: мультиварка – не самый скоростной повар. Время приготовления многих блюд в ней сопоставимо с готовкой их на плите.

Однако это компенсируется меньшим количеством кухонных хлопот и… особенным вкусом многих блюд. Получается, что продукты в ее герметичной емкости не варятся, а томятся. Словно их готовят в русской печи. Каши – пышные, супы – ароматные, как будто готовились в керамическом горшочке, мясо – нежное и мягкое, выпечка – пальчики оближешь!

Если еще какой-нибудь кухонный прибор, который готовил бы в традиции русской кухни и с минимальным количеством жиров, соли и прочих «вредностей»?

Конструкция и принцип работы

Конструкция мультиварки достаточно проста. Она состоит из корпуса с электрическим нагревательным элементом, емкости для приготовления (чаши) с антипригарным покрытием, имеет встроенный микропроцессор для управления приготовлением, паровой клапан и систему герметичного закрытия крышки.

Внутренняя чаша с антипригарным покрытием вставлена в пластиковый или металлический корпус с нагревательными элементами. Все это сооружение венчает герметично закрывающаяся пластиковая крышка.

Это не только надежный страж «убегающих» блюд, но и гарант правильного равномерного нагревания, при котором полезные элементы, содержащиеся в продуктах, максимально сохраняются.

Также данный агрегат обладает паровым клапаном, который отводит лишний пар, и системой, способствующей герметичному закрытию крышки.

Интеллектуальный микропроцессор контролирует температуру внутри прибора, поддерживает определенное давление, объем испаряемой жидкости и может оптимально определить время, необходимое для приготовления еды, в зависимости от массы заложенных в нее продуктов. Продукты нагреваются в мультиварке равномерно с помощью индукционного нагрева.

В комплект поставки, как правило, входит сам прибор, ложка и лопатка, мерный стаканчик, емкость для приготовления пищи на пару, инструкция по эксплуатации,

Также зачастую производители к этому набору прикладывают и кулинарную книгу с рецептами для мультиварки, емкость для жарки во фритюре и пр.

Выбор мультиварки

Если вы решили купить мультиварку, то, прежде чем отправляться в магазин, определитесь с тем, каким требованиям должен отвечать прибор, чтобы им было максимально удобно пользоваться именно вам.

Выбирать мультиварочное устройство следует по следующим основным параметрам и критериям.

Мощность. Показатель мощности данного бытового прибора относится к категории важных характеристик. По нему мультиварки располагаются в диапазоне от 400 до 1300 Вт, но в среднем мощность – 600–800 Вт. Различия по мощности обусловлены размером чаши мультиварки.

Чем выше мощность, тем быстрее готовятся блюда. Но и нагрузка на электросеть больше!

Если мультиварка предназначается для небольшой семьи, то показатель мощности не должен становиться главным критерием в выборе.

Емкость внутренней чаши. Выбор объема чаши для приготовления еды, конечно, зависит от состава семьи. Их емкость варьируется от 2 до 6 литров. Оптимальный вариант для большинства семей, да и самый распространенный – 4–5 литров.

Качество антипригарного покрытия. Помимо объема чаши необходимо обратить внимание на ее покрытие, поскольку это один из определяющих параметров. Покрытие, не позволяющее пище пригорать, есть в каждой модели мультиварки, но одни модели данного бытового прибора обладают обычным антипригарное покрытием, а другие – пятислойным, с наличием мраморного напыления. Качественное покрытие более долговечно. Ухаживать за внутренней чашей будет проще, что тоже немаловажно.

Температура нагрева при тушении. В большинстве моделей температура тушения – от +105 ˚С до +140 ˚С (при таких условиях варятся и тушатся блюда на плите). Если температура тушения ниже – от +76 ˚С до +105 ˚С, время приготовления существенно увеличивается. С другой стороны, томление считается более полезным режимом. Но здесь уже все решают ваши приоритеты. Что вам важнее – польза или быстрота?

Наличие таймера и функции подогрева. Важно также наличие в мультиварке многорежимного таймера (для установки времени приготовления или времени отложенного старта). Также часть моделей данного бытового прибора оснащена режимом, позволяющим автоматически подогревать пищу. Этот режим

может проявлять свою активность половину дня, а в некоторых моделях приборов – сутки.

Герметичность и безопасность. Крышка мультиварки должна закрываться герметично, без щелей. Приготовление пищи под давлением предполагает наличие особенной системы защиты. Если давление или температура в мультиварке становятся избыточными, система должна останавливать работу, включая датчик блокировки крышки. Кроме того, крышка должна быть оборудована специальным паровым клапаном, который предохраняет от ожога паром. Большинство моделей имеют систему мягкого выхода пара, когда по завершению приготовления пищи давление в мультиварке постепенно снижается, и накопившийся пар постепенно исчезает.

На степень безопасности оказывает влияние и электрический провод, который может отсоединяться от прибора, либо нет. Мультиварка, обладающая отсоединяющимся проводом более удобна в хранении, но она имеет меньшую степень безопасности, поскольку на место соединения провода с бытовым прибором, может попасть жидкость, что вызовет короткое замыкание.

Считается, что модели мультиварок с ручками более удобны в эксплуатации.

Что можно приготовить в мультиварке

Практически все! Современный прибор способен готовить не только каши, макароны и супы, но и разнообразные мясные и рыбные блюда, выпечку, йогурты, джемы, напитки, а уж от разнообразия выпечки просто захватывает дух! Мультиварка достаточно хорошо используется для приготовления заготовок – это джемы, варенье, кабачковая икра, соусы, домашняя томатная паста и многое другое.

Привычные и любимые блюда, как и рецепты из кулинарных книг, «перевести» для приготовления в мультиварке тоже не составляет особого труда. Конечно, кулинарные процессы в мультиварке отличаются от традиционных.

Для сравнения, обычная кастрюля с приоткрытой крышкой – свободно пропускает воздух, а значит в ней происходит процесс окисления продуктов, а приготовляемая пища неизбежно теряет свои вкусовые качества, становится менее питательной. В мультиварке же есть клапан, который не позволяет воздуху проникать внутрь прибора, а процессор чередует низкое и высокое давление, выбирая оптимальную температуру.

В результате создается так называемый «щадящий режим» – в этом состоянии не возникает избыточной температуры, и еда во время готовки не теряет полезных и вкусовых качеств. А результат – превосходный вкус, максимально сохраненные полезные вещества при минимуме затраченного времени.

Режимы мультиварки

Конструкция мультиварки предусматривает электронное управление: есть возможность самому задать с помощью сенсорной панели параметры приготовления: выбрать режим, установить время. Благодаря продуманным режимам приготовления, пища не пригорает, датчики «умной кастрюли» следят за процессом готовки.

Количество автоматических программ и режимов в различных моделях разнится от 4 до 16. Такого разнообразия не стоит бояться. Поскольку мультивар очные устройства всех производителей имеют одинаковый принцип действия, то разобраться в режимах не сложно, стоит только прочитать инструкцию. При этом, несмотря на различие программ, режимов и функций в разных моделях, «переводить» рецепты для той или иной модели достаточно просто.

Чаще всего встречаются три основных режима: «Тушение», «Варка», «Выпечка» и три программы для приготовления круп: «Гречка», «Плов» и «Молочная каша». Последние чаще всего полностью автоматические: мультиварка определяет не только температуру, но и время приготовления блюд. Они очень подходят начинающим «мультиварам»: остается только положить в мультиварку нужные продукты и включить соответствующий режим.

Следует учесть только, что во время приготовления в автоматических программах крышку мультиварки лучше не открывать, иначе программе придется увеличивать время приготовления.

После освоения автоматических программ можно поэкспериментировать с разными режимами, которые есть в вашей модели мультиварки. Здесь уже открывать крышку можно: что-то добавить, перемешать, наконец, просто из любопытства заглянуть…

В любом случае каждый режим предоставляет гораздо больше возможностей и функций, чем следует из его названия. Для примера можно рассмотреть основные программы и режимы мультиварки модели Panasonic.

«ГРЕЧКА» Режим предназначен для приготовления гарниров из круп – пшена, гречки, риса, перловки, а также из бобовых (гороха, фасоли – только необходимо заранее их замочить). Принцип работы режима заключается в испарении жидкости. После того как вода впитывается в продукт, программа переходит на подогрев. Благодаря этому количеством жидкости можно

регулировать рассыпчатость и плотность получаемого блюда.

«ПЛОВ»

Режим предназначен для приготовления риса и любых вариантов плова: с мясом, с овощами, с морепродуктами, с сухофруктами. Принцип его работы такой же, как у режима «Гречка». Однако есть один нюанс: в последние 5-10 минут готовки срабатывает функция интенсивного зажаривания. Сначала программа проваривает, выпаривает влагу, а потом слегка зажаривает нижний слой, например из мяса и лука.

С помощью этого режима можно приготовить не только пловы из риса и его заменителей (пшеницы, лапши, гречки), но и печеный картофель, и макароны по-флотски, и жареные пельмени. Одним словом, множество разнообразных блюд, в приготовлении которых сочетаются варка и запекание (поджаривание).

«МОЛОЧНАЯ КАША» Один из самых удобных и востребованных режимов. Он позволяет вечером положить в мультиварку крупу, налить молоко и назначить время завтрака с помощью таймера. На следующее утро в назначенное время вас будет ждать горячая, ароматная и вкусная каша. Благодаря этому режиму вы сможете готовить каши, в принципе, из любых круп, добавляя к ним всевозможные добавки.

«ВАРКА НА ПАРУ»

Весьма удобный режим для приготовления диетических паровых блюд. Принцип работы режима заключается том, что герметичное замкнутое пространство заполняется паром, который со всех сторон равномерно окутывает продукты, конденсируется на их поверхности и постепенно передает жар внутрь. Пища нагревается быстро, равномерно, а поры на ее поверхности быстро закупориваются, сохраняя форму, сочность, питательные вещества и природный вкус. Такая консервация в процессе нагрева оборачивается еще одним плюсом: запахи паровых продуктов не смешиваются. Поэтому при помощи специальной чаши для приготовления продуктов на пару можно одновременно готовить несколько блюд. Например, в кастрюльке готовится суп, а в чаше – паровые котлетки на второе или овощи для винегрета…

Идеально подходит этот режим для приготовления изделий из муки: пельменей, равиоли, вареников. Так же его можно использовать для разогрева «вчерашних» блюд. Очень удобно с помощью его кипятить молоко. В этом режиме можно устанавливать время приготовления от одной минуты до часа. Далее идут программы, в которых нужно самостоятельно выставлять время приготовления блюд.

«ВЫПЕЧКА» В этом режиме можно приготовить практически

любую выпечку: кексы, бисквиты, пироги, запеканки и так далее. Выпечка замечательно поднимается и получается удивительно вкусной! Кроме того, этот же режим можно использовать для обычной жарки: курицы, котлет, картофеля и других продуктов. Также предусмотрена жарка с открытой крышкой, причем не следует бояться – ничего не будет разбрызгиваться.

«ТУШЕНИЕ» В этом режиме можно приготовить, наверное, все, что угодно. Он специально сделан для тушения всех видов продуктов. Режим предусматривает длительное томление продуктов при температуре чуть выше 100 °С. Блюда на этом режиме можно готовить без масла, в собственном соку, что вполне подходит для диетического и лечебного питания. Он хорошо подходит для варки супов и борщей. В этом режиме можно тушить крупные куски мяса до состояния нежнейшей буженины, он даже позволяет сварить прозрачный холодец, не прилагая, в принципе, никаких усилий, только положив продукты. Также в этом режиме можно готовить топленое молоко и еще массу всего. Режим «Тушение» идеально подходит для продуктов с длительным сроком приготовления (от 1 до 12 часов), также режим позаботится о том, чтобы продукты одновременно приходили в готовность. На этой программе также можно разогревать приготовленные ранее блюда.

Уход за мультиваркой

Содержать мультиварку в чистоте просто. Во время работы она практически не загрязняется сама и абсолютно не пачкает окружающие поверхности. Но периодически нужно делать следующее «техобслуживание»:

Мыть внутреннюю чашу. Поскольку она имеет антипригарное тефлоновое покрытие, а тефлон не любит резких перепадов температуры, нужно дать ей остыть перед мытьем.

Делать надо это осторожно: при помощи лишь теплой воды, средством для мытья посуды и губки. Затем нужно вытереть насухо внешнюю поверхность чаши. Нельзя использовать щелочные средства, чистящие порошки и металлические мочалки. При подобающем уходе и соблюдении рекомендаций изготовителя чаша прослужит долго.

Не лишним будет протереть влажной губкой внутреннюю поверхность крышки. Если крышка не отмывается, можно налить во внутреннюю кастрюльку мультиварки воду и вскипятить ее в режиме «Варка на пару». Чтобы избавить мультиварку от сильного запаха, например рыбы, нужно добавить в кипящую воду несколько капель лимонного сока. После того, как крышка остынет, аккуратно протереть ее губкой или тряпочкой.

Время от времени нужно проверять отверстия в мультиварке, куда вставляется паровой клапан. Если клапан или отверстия засорятся, начнут убегать молоко и каши! Для того чтобы его промыть, следует снять клапан с корпуса мультиварки и раскрутить его справа налево (резиновую прокладку не снимать!). Промыв водой, протереть сухой тканью. Прежде чем установить его на место необходимо протереть внутри гнезда влажной тряпкой.

Проверить сборник конденсата (он предназначен для того, чтобы капли воды с внутренней поверхности крышки не стекали на стол при открывании): если сборник наполнился, снять его, слить воду и поставить сборник на место.

При необходимости (если запылилась, например) протереть корпус мультиварки влажной тряпочкой.

Возможности мультиварки можно перечислять очень долго, как и описывать все многообразие полезных и вкусных блюд, которые она готовит! Но лучше всего убедиться в этом, что мультиварка – великолепный инструмент для осуществления самых смелых кулинарных фантазий, на своем личном опыте. Творите, создавайте свои собственные уникальные рецепты.

Приятного аппетита!

Салаты и закуски

Тупой-тупой закусит и говорит: «Закуска у нас сегодня – блеск! Закуска типа «я вас умоляю!».

А умный-умный жует и говорит: «Да-а-а… Транс-цен-ден-тально!..»

Венедикт Ерофеев

Меня никто не убедит, что в гениальной симфонии больше содержания, чем в гениальном салате. Если мы ставим памятник Моцарту, мы обязаны поставить памятник и господину Оливье.

А. Мариенгоф

Главное назначение закусок – возбуждение аппетита. В наш век массовой борьбы с лишними килограммами еда с аппетитом многим кажется, чуть ли не преступлением. Между тем без аппетита не может быть нормального усвоения пищи.

Однако термин «закуска» обладает двумя смыслами. Во-первых, это время и вид подачи блюд к столу. Обычно закуски подают перед обедом как увертюру к горячим блюдам. Эти блюда также предназначены заедания алкогольных напитков, которые подают в качестве аперитива. Они не должны быть сытными, а острый вкус многих из них и привлекательный вид всех их без исключения настраивают на обед. Во-вторых, так обозначают характер и форму блюда, подаваемого для еды самостоятельно либо в составе обеда.

Закуски принято делить на холодные и горячие. Холодные закуски – это увертюра к празднику. Чаще всего их ставят на стол еще до прихода гостей. Их аппетитный вид призван поднять настроение и возбудить аппетит. Кроме того, замечательно идут под первую рюмку холодные мясные закуски: отварная телятина с хреном, охлажденное сало и практически любые копчености. К холодным блюдам гарнир обычно не подают, зато украшают обильно и красочно.

К горячим закускам относятся запеканки, фаршированные

овощи, пельмени, жареные и запеченные мозги, почки, печенка, а также яичница или омлеты с различными наполнителями. Наиболее популярная горячая закуска – жульен (блюдо из мелко нарезанных продуктов, запеченных порционно в соусе – чаще всего сметанном или другом белом). Классик (М. Булгаков) утверждал, что водку следует закусывать только горячим блюдом. И был совершенно прав, на то он и классик. Утреннее состояние потребителя крепких спиртных напитков в огромной степени зависит от качества внедренной накануне в организм еды.

Закуски украсят и повседневный и праздничный стол. Одно предупреждение: не надо делать из стола выставку, а из желудка – помойку, Лучше подать одну, но классную закуску, приготовленную с душой.

Мультиварка «выручает» и в будни, и в праздники, всегда, когда нужно быстро приготовить салат. Особенно, если он состоит из многих ингредиентов. К примеру, в режиме «Варка на пару» ней можно одновременно отварить овощи, сварить яйца и припустить рыбу и морепродукты. Если для салата необходимы вареные овощи, варить на пару их необходимо неочищенными.

Нежирный белый соус к салату за 5 минут можно также приготовить в мультиварке (режим «Молочная каша») из молока и кукурузного крахмала.

В мультиварке можно приготовить изумительные мясные закуски, которые готовятся методом длительного томления: всевозможные рулеты, буженина, солонина, отварные рубцы, паштеты и студни (в народе их еще называют холодцами). Конечно, процесс их приготовления довольно длительный, но конечный результат того стоит. Мясные изделия

получаются сочные с нежным вкусом и ароматом, которые по зубам даже детям и пожилым людям.

Ролл с угрем и сыром «Филадельфия»

- ***1 стакан круглозерного риса***
- ***1 1/2 стакана воды***
- ***1 ст. ложка уксуса для суши (или рисового уксуса)***
- ***80 г филе копченого угря***
- ***1 огурец***
- ***2 листа нори***
- ***40 г сыра филадельфия***
- ***20 г пасты васаби***
- ***40 г маринованного имбиря***
- ***50 мл соевого соуса***

Рис промывать холодной водой до тех пор, пока вода не будет оставаться чистой. Выложить рис в чашу мультиварки, залить водой на 1 см выше уровня риса и готовить в режиме «Гречка» до сигнала.

Готовый рис выложить в широкую посуду, быстро остудить до теплого состояния, влить уксус для суши, перемешать.

Филе угря нарезать длинными узкими брусочками. Так же нарезать очищенный огурец.

Выложить лист нори на циновку, на него – еще теплый рис. Разровнять рис смоченной в воде рукой, оставив около 2 см до дальнего края, слегка утрамбовать его. В середину слоя риса выложить полоской сыр филадельфия, на него – ломтики рыбы и огурца. С помощью циновки скрутить ролл.

Оставленный пустым край листа нори слегка смочить водой и прокатить ролл дальше вперед, чтобы этот край пристал к роллу.

Выложить ролл на доску, очень острым ножом, смоченным в холодной воде, разрезать его сначала пополам, затем – на 6–8 частей.

Выложить на прямоугольные тарелки, дополнить васаби и имбирем, в небольших мисочках подать соевого соуса.

Роллы с копченой семгой

- ***120 г копченой семги***
- ***320 г риса***
- ***450 мл воды***
- ***200 г сыра маскароне***
- ***100 г морской капусты***
- ***40 г огурца***
- ***40 г авокадо***
- ***2 ч. ложки 9 %-ного уксуса***
- ***соль***
- ***сахар***

Засыпать в чашу мультиварки промытый холодной водой рис, залить водой и приготовить в режиме «Гречка».

Приготовить уксус для суши, смешав 2 ст. ложки 9 %-ного уксуса с *1/2* ст. ложкой сахара и 1 ч. ложкой соли (смесь можно нагреть для лучшего растворения).

После охлаждения добавить уксус для суши, сыр маскарпоне и хорошо перемешать.

Нарезать соломкой огурцы, авокадо (очищенное от кожуры) и копченую семгу.

Разложить пластины морской капусты. Смочить поверхность водой и тонким слоем выложить подготовленную рисовую смесь, оставив верхний край в 1 см без риса.

Разложить одной полосой, отступив от нижнего края 2–3 см, огурцы, авокадо и семгу.

Плотно свернуть в рулет снизу вверх. Поместить в холодильник на 15 минут.

Разрезать рулет на роллы (примерно 2,5–3 см высотой).

Подать роллы с копченой семгой на стол с соевым соусом, вассаби и маринованным имбирем.

Суши с креветками и угрем

- *1 стакан круглозерного риса*

1 1/2 стакана воды

1/2 ст. ложка уксуса для суши (или рисового уксуса)

8 тигровых креветок

20 г пасты васаби

1/4 листа нори

8 ломтиков копченого угря

- *40 г маринованного имбиря*
- *50 мл соевого соуса*

Рис промывать холодной водой до тех пор, пока вода не будет оставаться чистой. Выложить рис в чашу мультиварки, залить водой на 1 см выше уровня риса, готовить в режиме «Гречка» до сигнала.

Готовый рис выложить в широкую посуду, быстро остудить до теплого состояния, влить уксус для суши, перемешать.

Креветки очистить от панцирей и голов, оставляя хвостики. Удалить кишечную вену. Разрезать каждую креветку с внутренней стороны вдоль, не прорезая до конца.

Распластать спинкой вверх, накрыть пищевой пленкой и слегка отбить дном сотейника, чтобы креветка стала плоской.

Выложить креветки во вкладку для варки на пару, палить в чашу мультиварки стакан воды и готовить в режиме «Варка па пару» в течение 8-10 минут. Остудить креветки.

Руками, смоченными в холодной воде, сформировать из риса удлиненные колобки, прижимая пальцами по бокам. Слегка смазать верх каждой рисовой заготовки васаби. Нарезать лист нори на полоски около 1 см шириной и 6–7 см длиной.

На половину рисовых заготовок выложить по креветке, прижать рукой, чтобы она хорошо держалась на рисе.

Оставшиеся рисовые заготовки покрыть ломтиками угря и обернуть каждую полоской нори поперек.

Выложить суши на прямоугольные тарелки, дополнить васаби и имбирем, в небольших мисочках подать соевого соуса.

Горячий салат из моркови и картофеля

400 г моркови
4 клубня картофеля
1 красная луковица
5 мл 3%-ного уксуса
50 г зеленого лука
50 г зелени петрушка
2 ст. ложки растительного масла
15 мл бальзамического уксуса
15 г горчицы
сок 1/2 лимона
5 г ***сухой аджики***
5 г ***коричневого сахара***
черный молотый перец
соль

Морковь и картофель вымыть и отварить «в мундире» в мультиварке в режиме «Варка на пару» в течение 30 минут. Очистить красный лук, нарезать и посолить.

Затем к нему добавить уксус и слегка помять. Оставить мариноваться.

Очистить чуть остывшие овощи от кожуры и крупно нарезать. Сложить их в салатник и добавить маринованный лук, петрушку и зеленый лук.

Для заправки смешать в отдельной посуде растительное масло, бальзамический уксус, горчицу, посолить, поперчить, приправить аджикой, добавить немного сахара. (Вкус у заправки должен получиться кисло-сладким.)

Залить заправкой овощи и хорошо размешать. Украсить мелко нарезанной зеленью. Подавать в горячем виде.

Салат «Столичный»

- ***600 г говядины (вырезка)***

3 моркови
3 клубня картофеля
2 луковицы
8 яиц
300 г консервированного зеленого горошка
1 г черный молотого перца
10 г соли
20 г свежей зелени (петрушка, укроп)
5 маринованных огурцов
7 ст. ложек 67 %-ного майонеза

Мясо тщательно вымыть, положить в чашу мультиварки, налить воду, уровень которой покроет мясо. Добавить луковицу и лавровый лист, посолить.

Готовить в режиме «Варка на пару» до закипания. Когда начнется кипение, переключить мультиварку в режим «Молочная каша». Приготовленное мясо вынуть из бульона, остудить и измельчить.

Уложить в чашу мультиварки очищенную картошку и морковь, налить воду, полностью покрывающую овощи, посолить и готовить в режиме «Варка на пару» в течение 20 минут.

После сигнала вставить вкладку для приготовления на пару, уложить в нее яйца и готовить в режиме «Варка на пару» 10 минут.

После сигнала проверить готовность овощей. Возможно, придется продолжить готовку, если они не стали более мягкими. Готовые овощи остудить и измельчить.

Нарезать лук и маринованные огурцы. Затем все овощи соединить в одной миске и добавить к ним зеленый горошек. Посолить по вкусу, приправить майонезом и хорошенько перемешать.

Салат «Вечерний»

- *1 куриная грудка*
1 сладкий красный перец
1 сладкий желтый перец
20 г зеленого лука
2 огурца
1 редька
1 банка консервированной сладкой кукурузы
100 г сухарей из ржаного хлеба
2 ст. ложки легкого майонеза
50 г жидкого дыма
2 помидора
1 пучок зеленого лука
соль
черный молотый перец

Грудку промыть, положить в чашу мультиварки, залить водой и готовить в режиме «Варка на пару» до кипения.

Затем снять пену, посолить, поперчить и добавить коптильный дымок. Варить в том же режиме еще 30 минут.

Затем слить бульон и установить мультиварку в режим «Тушение» и поджарить грудку в течение 15 минут.

Затем в глубоком блюде смешать нарезанные на кубики овощи: красный и желтый сладкий перец, свежие огурцы, помидоры. Добавить к ним приготовленную грудку.

Затем прибавить редьку, кукурузу, майонез и сухари.
Все хорошо перемешать, уложить в салатницу и посыпать сухарями.

Салат с курицей

- *3 клубня картофеля*
  1 морковь
  2 яйца
  2 стакана воды
  1 филе куриной грудки
  1 лавровый лист
  3 соленых (или маринованных) огурца
  2–3 ст. ложки зеленого горошка
  2–3 ст. ложки майонеза
  соль
  черный молотый перец

Картофель и морковь очистить, промыть. Яйца осторожно, но хорошо вымыть.

Овощи и яйца уложить в корзинку для приготовления на пару, а в чату мультиварки налить воду и положить куриные грудки. Добавить соль, черный молотый перец горошком, лавровый лист. Готовить в режиме «Тушение» в течение 40 минут. Все полностью остудить, яйца очистить. Нарезать куриную грудку, овощи и яйца, добавить нарезанные кубиками огурцы и зеленый горошек, заправить майонезом.

Салат «Гнездо глухаря»

- ***200 г филе куриной грудки***
- ***200 г маринованных шампиньонов***
- ***100 г российского сыра***
- ***50 г ветчины***
- ***3 яйца***
- ***3 клубня картофеля***
- ***1 пучок листового салата***
- ***1 пучок укропа***
- ***майонез***
- ***соль***
- ***черный молотый перец***

Филе куриной грудки посолить (или обмазать соевым соусом), поперчить, положить в пакет для запекания и поместить в контейнер пароварки.

В мультиварку налить воду и поставить программу «Варка на пару» 40 минут. После окончания программы, достать отваренное филе и остудить.

Вымыть и очистить картофель. Нарезать тонкой соломкой и обжарить в сковороде с большим количеством растительного масла до образования румяной корочки (удобнее воспользоваться фритюрницей). Вынуть из сковороды, посолить.

Сварить вкрутую куриные яйца. Очистить и отделить белки от желтков. Натереть на крупной терке яичные белки.

Шампиньоны нарезать на несколько частей.

Тонкой соломкой порезать ветчину и остывшее филе грудки курицы.

В миску положить ветчину, шампиньоны, куриное филе, белки яиц. Заправить майонезом, досолить, поперчить и хорошо перемешать.

На плоскую тарелку по кругу разложить листья салата. Выложить приготовленную массу на листья горкой с углублением посередине.

Обжаренный картофель разложить вокруг салата так, чтобы было похоже на птичье гнездо.

Перемешать измельченные желтки, мелко натертый сыр, измельченные чеснок и зелень. Добавить майонез и перемешать.
Из полученной массы сформировать подобие птичьих яиц и выложить в углубление салата Украсить зеленью.

Салат с курицей по-тайски

- ***700 г куриного филе***
- ***100 г лапша из рисовой муки***
- ***25 мл растительного масла***
- ***2 моркови***
- ***1 огурец***
- ***1 пучок свежего базилика***
- ***зеленый лук***
- ***15 г чеснока***
- ***100 мл соевого соуса***
- ***100 мл рисового уксуса***
- ***коричневый сахар***
- ***1 ст. ложка сока лайма***
- 10 г ***пасты из анчоусов***
- ***10 г красного перца***

Все компоненты для маринада смешать в средней чашке.

В половине маринада мариновать курицу около 1 часа или поставить на ночь в холодильник.

Поставить мультиварку на программу «Варка на пару», налить небольшое количество воды, добавить соль и отварить в ней лапшу. Затем откинуть ее на дуршлаг, промыть и переложить на тарелку.

В чаше мультиварки нагреть масло, поставив программу «Выпечка» и обжарить в нем курицу около 7 минут. Затем выложить ее на лапшу. Овощи и зелень поместить на курицу и сбрызнуть оставшейся частью маринада.

Украсить приготовленный салат зеленым луком, кунжутом и листьями базилика.

Салат из авокадо с креветками

- ***3 помидора***
- ***10 креветок***
- ***1 пучок укропа***
- ***1 авокадо***
- ***10 мл лимонного сока***
- ***соль***
- ***50 мл оливкового масла***

Креветки промыть в воде, уложить в чашу мультиварки и обжарить в режиме «Выпечка» в течение 5 минут.

Затем налить воду так, чтобы покрывала креветки на 2 пальца. Когда вода закипит переключить мультиварку в режим «Тушение». Воду посолить и готовить 15–20 минут.

Пока креветки тушатся, промыть авокадо и разрзать его пополам.

Удалить косточку и ложкой извлечь всю мякоть. (Если плод спелый, то все получится без особого труда, ели же недозрелый, то можно положить его на пару дней в миску к яблокам.)

Мякоть авокадо и помидоров нарезать кубиками. Когда креветки сварятся, очистить их от панциря и нарезать крупными кусками.

Все ингредиенты сложить в миску и добавить мелко нарезанный укроп и посолить.

Салат заправить смесью оливкового масла и сока лимона.

Салат «Мечта»

- ***250 г куриной печени***
- ***1 морковь***
- ***1 луковица***

1 яблоко

- ***майонез провансаль***
- ***300 мл воды***

50 мл растительного масла

- ***соль***

Печень хорошо промыть в воде и откинуть на дуршлаг, чтобы стекла лишняя жидкость.

Морковь и лук почистить и промыть водой.

Нарезать овощи кубиками. Яблоко почистить, удалить семечки и нарезать кубиками.

В чашу мультиварки налить воды и включить режим «Выпечка». Когда вода закипит, положить в нее печень и подождать, пока она поменяет цвет. Затем переложить ее в глубокую посуду. Чашу сполоснуть и снова поставить в мультиварку.

Налить в нее растительное масло и поставить на режим «Выпечка», обжарить лук до прозрачности и переложить к печени, затем также обжарить морковь и отправить к луку и печени.

Ко всем ингредиентам добавить яблоко и хорошо перемешать. Затем заправить салат майонезом и еще раз перемешать.

Салат из баклажанов с зеленым луком

- *3 баклажана*
- *50 мл растительного масла*

50 г зеленого лука
6 зубчиков чеснока
1 ст. ложкакорня имбиря
1 перец чили
4 ст. ложки соевого соуса
2 ст. ложки сахара
1 ст. ложка уксуса
3 ст. ложки воды
соль
черный молотый перец

Баклажаны помыть в воде и разрезать на брусочки. Мультиварку включить на режим «Выпечка», налить немного масла и спассеровать в нем баклажаны.

Для приготовления соуса, перемешать соевый соус, воду, соль, перец, сахар и уксус, чтобы сахар растворился.

Лук почистить, и нашинковать, чеснок также почистить и нарезать тонкими полосками, имбирь натереть на терке. Перец чили измельчить тонкими кольцами.

В сковороде обжарить чеснок, лук, имбирь и перец чили. В чашу к баклажанам добавить сначала соус, а затем, обжаренные лук и чеснок с перцем и имбирем. Готовить в мультиварке на режиме «Выпечка» 5 минут.

Салат по-китайски из баклажанов с зеленым луком будет особенно вкусным, если добавить кунжутное масло.

Отварной язык

- ***4 свиных языка***
- ***– 2 зубчика чеснока***
- ***2 лавровых листа***
- ***1 луковица***
- ***1 морковь***
- ***вода***
- ***соль***
- ***черный молотый перец***
- ***специи***

Промыть свиной язык под струей воды и оставить немного обсушиться. Затем натереть его специями и чесноком, после чего положить язык в пакет и оставить на 24 часа в холодильнике. На следующий день поместить промаринованный язык в чашу мультиварки, выложить туда же нарезанный лук, натертую морковь, залить горячей кипяченой водой, добавить лавровый лист.

Готовить в режиме «Варка на пару». Как только вода закипит, посолить, установить режим «Тушение».

По истечении 2 часов приготовления поперчить языки, добавить лавровый лист и оставить постоять в режиме подогрева на 15 минут. Затем опустить в холодной воде, снять шкурку.
Перед подачей охладит, подать с горчицей и хреном.

Заливной язык

- *1 кг говяжьего языка*
- *1 морковь*
- *1 пачка желатина*
- *1 луковица*
- *1 пучок свежей зелени (петрушка, укроп)*
- *1 зубчик чеснока*
- *лавровый лист*
- *соль*
- *– специи*

Говяжий язык хорошо промыть и положить в чашу мультиварки. Включить режим «Тушение» 2,5 часа. Налить воду до самой верхней метки, посолить и добавить специи. Морковь и лук очистить и добавить к мясу.

По истечении времени, проверить готовность языка вилкой или ножом. Он должен быть мягким и без труда прокалываться. Морковь может свариться раньше, чем язык, нужно проследить за этим, иначе она развалится в бульоне. Когда бульон будет готов, добавить чеснок.

Желатин развести водой по инструкции на упаковке.

Готовый язык вынуть из чаши, влить в бульон желатин. Процедить смесь через марлю или мелкое ситечко.

Язык остудить и почистить. Нарезать его брусочками и сложить в формы. Украсить нарезанный язык морковкой и залить бульоном. Поставить заливное в холодное место.

Подавать на стол охлажденным.

Буженина

- *1 кг свиной шеи*
- *2 моркови*
- *4–5 зубчиков чеснока*
- *2 ст. ложки горчицы*
- *2 ст. ложки растительного масла*
- *горчица и хрен для подачи*
- *соль*
- *черный молотый перец*

Шейку одним куском промыть и хорошо обсушить.

Одну морковь и весь чеснок очистить и нарезать: морковь – длинными тонкими брусочками, чеснок – тонкими клинышками.

С помощью узкого ножа с острым кончиком или шпиговальной иглы прорезать в мясе отверстия вдоль волокон и нашпиговать морковью и чесноком.

Перевязать кулинарной нитью с шагом 3–4 см, чтобы мясо при готовке не потеряло форму и осталось плотным.

Обсыпать солью (ее должно быть довольно много), обмазать смесью горчицы и растительного масла, поперчить.

Завернуть в фольгу или пищевую пленку, убрать в холодильник минимум на ночь, а лучше на сутки и даже более.

Включить мультиварку в режим «Выпечка», обжарить мясо со всех сторон по 3–4 минуты. Очистить луковицу и разрезать на четыре части, очистить морковь и крупно нарезать. Положить овощи в чашу мультиварки к мясу, добавить лавровый лист.

Готовить мясо в режиме «Тушение» 3 часа, затем оставить в режиме подогрева на 20 минут.

Готовую буженину завернуть в фольгу и дать полностью остыть, овощи выбросить.

Нарезать буженину поперек волокон тонкими ломтиками. Подать к столу с горчицей и хреном.

Рулеты из телятины с ветчиной

- ***4 тонких телячьих эскалопа***
- ***4 тонких ломтика ветчины***
- ***4 тонких ломтика сыра***
- ***4 филе анчоусов***
- ***100 г сливочного масла***

1 яйцо

- ***1 ст. ложка растительного масла***
- ***2–3 ст. ложки молотых сухарей***

черный молотый перец

- ***соль***

Мясо отбить. На каждый кусочек положить по ломтику ветчины и сыра. Эскалопы скатать в рулетики, обвязать их ниткой и обвалять в муке. Затем обвалять в молотых сухарях.

Влить в чашу мультиварки немного масла, положить рулеты и

жарить 30 минут в режиме «Выпечка» с одной стороны. Перевернуть мясо и готовить еще 30 минут в том же режиме.

Мясной рулет

- ***200 г свинины***
- ***200 г говядины***
- ***100 г белого хлеба***
- ***1 луковица***
- ***1 яйцо***
- ***65 г жира***

крошки белого хлеба

Нарезанное кусочками мясо, размоченный и отжатый хлеб, очищенный лук дважды пропустить через мясорубку, посолить, заправить черным или молотым красным перцем, тмином или мускатом.

Ввести яйцо, перемешать, добавить 2 ст. ложки крошек белого хлеба. Скатать рулет, обвалять его в крошках и покрыть кусочками шпика.

Включить режим «Выпечка» 1 час.

В чаше мультиварки растопить жир, положить рулет и жарить 30 минут с одной стороны.

Перевернуть мясо и готовить еще 30 минут.

Пряный рулет из грудки с сыром

- ***1 куриная грудка***
- ***черный молотый перец***

специи

С куриной грудки аккуратно срезать филе (кожу не трогать!), слегка отбить, посолить, поперчить, посыпать специями.

Положить в середину брусочек сыра, свернуть грудку рулетом (просто соединив концы) и плотно обмотать ниткой.

Смазать рулет медом, майонезом (или соевым соусом), посыпать пряностями, положить в чашу мультиварки и готовить в режиме «Выпечка» в течение 40 минут (примерно через 20 минут перевернуть рулет).

Можно после выпечки готовить в режиме «Тушение» еще в течение 30 минут.

Потом нужно охладить рулет в холодильнике, аккуратно снять нитки и нарезать порционными кусочками.

Рулет из свиной грудинки

- ***свиная грудинка***
- ***соль***
- ***перец***
- ***специи***
- ***чеснок***

Кусок грудинки обмазать смесью соли, специй, давленого чеснока и оставить в холодильнике на 3 часа.

Затем свернуть мясо в рулет и перевязать нитками, чтобы он не раскрутился.

Положить рулет в чашу мультиварки, готовить в режиме «Выпечка» в течение 40 минут (через 20 минут мясо нужно перевернуть!).

После завершения режима «Выпечка», готовить в режиме «Тушение» в течение 1,5 часов.

Куриная ветчина

- ***1 кг курицы***
- ***2 зубчика чеснока***
- ***орешки или чернослив***
- ***1 сладкий перец***
- ***1 пачка пищевого желатина***
- ***соль***
- ***черный молотый перец***

У курицы аккуратно удалить кожу и кости. Мясо нарезать кусочками и выложить его в миску. Добавить измельченный чеснок, соль и перец по вкусу. Туда же прибавить нарезанный кусками перец, орешки или чернослив. Далее высыпать на куриное мясо пакетик желатина. Воду добавлять не нужно. Все хорошенько перемешать.

Выложить содержимое в форму, завернуть ее в пищевую пленку.

В чашу мультиварки налить воду. Уложить туда в нее пакет с мясом. Уровень воды должен совпадать с уровнем пакета.

Готовить мясо в режиме «Варка на пару» в течение 1,5 часов.

Затем аккуратно достать пакет и уложить в холодильник на ночь.

Утром осторожно разрезать пакет, выложить приготовленную куриную ветчину на тарелку.

Куриная ветчина с паприкой

- ***1 кг куриного филе***
- ***1 пачка желатина***
- ***1 ч. ложка жидкого дыма***

специи

- ***молотый сладкий перец***

соль

Филе нарезать небольшими кусочками, сложить в миску. Добавить все приправы, хорошенько перемешать, поставить мариноваться на 3 часа.

В рукав для запекания выложить мясо, закрепить с двух концов и положить в чашу мультиварки.

Залить горячей водой до верха. Готовить на режиме «Тушение» около 2 часов.

После сигнала вынуть ветчину и дать остыть.

Нежный пирог из куриной печени

- ***50 мл 2,5 %-ного молока***
1 1/2 ч. ложки разрыхлителя теста
- ***5 ст. ложек пшеничной муки высшего сорта***
1 морковь
500 г куриной печени
2 яйца
соль
черный молотый перец по вкусу

Очистить морковь, уложить ее в чашу мультиварки и готовить в режиме «Варка на пару» в течение 30 минут.

Затем сваренную морковь прокрутить вместе печенью в мясорубке (как вариант – можно измельчить блендером).

Добавить в печень с морковью яйца, молоко, поперчить и посолить. Туда же засыпать муку с разрыхлителем, предварительно смешав их в отдельной посуде. Как следует все перемешать – масса должна быть примерно как на оладьи.

Смазать чашу мультиварки маслом и залить в нее массу.

Готовить в режиме «Выпечка»» в течение 1 часа, после истечения времени подержать 20 минут в режиме подогрева, далее – переложить в другую посуду.

Подавать пирог на стол, украсив его сметаной.

Паштет из куриной печени

- ***1 кг куриной печени***
- ***300 г лука***
- ***300 г моркови***

200 г сливочного масла

- ***соль***
- ***черный молотый перец***

молотый мускатный орех

Нарезанный кольцами лук и натертую на крупной терке морковь обжарить в мультиварке в режиме «Выпечка» 20 минут. Добавить промытую куриную печень, посолить, добавить молотый мускатный орех, черный перец (по вкусу).

Готовить в режиме «Тушение» в течение 1 часа.

Получившуюся массу переложить в глубокую миску, дать немного остыть, добавить сливочное масло и взбить миксером на низкой скорости.

Индейка с соусом из грецких орехов

- *500 г индейки*
- *2 ст. ложки сливочного масла*

1 головка репчатого лука
20 г хлеба
1/2 стакана куриного бульона
150 г грецких орехов
черный молотый перец
соль.

Мясо индейки уложить в пароварку и готовить 25–30 минут.

Лук нарезать и обжарить на сковороде в масле до золотистого цвета.

Жареный лук и замоченный в бульоне хлеб пропустить через мясорубку и перемешать.

Добавить грецкие орехи, соль и перец. Соус должен по консистенции напоминать майонез.

Если он окажется гуще, разбавить бульоном.

Охлажденную индейку нарезать тонкими ломтиками, уложить на блюдо и полить соусом.

Холодец «Фирменный»

- ***500 г свиных ножек***
- ***600 г свиной вырезки***

150 г куриной голени

- ***1 морковь***
- ***1 луковица***
- ***2 лавровых листа***
- ***2 зубчика чеснока***
- ***5 горошин черного перца***

соль

В чашу мультиварки выложить свиные ножки, свинину, куриные голени.

Затем туда добавить морковь с луком, лавровый лист, чеснок и перец горошком.

Готовить в мультиварке сначала в режиме «Тушение» в течение 6 часов, а потом в режиме подогрева 2 часа.

Мясо достать из чаши, отделить его от костей, меленько нарезать, уложить в формочки.

Из морковки вырезать цветочки или сердечки, выложить в формочки, добавить мелко нашинкованный чеснок.

В формочки залить процеженный бульон. Поставить в холодильник на 2 часа.

Студень говяжий

- ***1 путовый сустав (говяжий)***
  1 подбедерок (говяжий)
  1 луковица
  1 морковь
  4–5 зубчиков чеснока
  3–4 лавровых листа
- ***соль***
- ***перец горошком***

Мясо, овощи, перец, лавровый лист сложить в чашу мультиварки, залить водой до верхней риски. Готовить в режиме «Тушение» в течение 7–8 часов.

Затем разобрать, мелко нарезать мясо и разложить его с несколькими зубчиками чеснока по емкостям.

С бульона снять жир, процедить, посолить, выдавить в него 2–3 зубчика чеснока, залить мясо.

Поставить в холодильник.

Куриное заливное

- ***1 курица***
- ***специи***
- ***соль***
- ***перец***

зелень

Курицу нарезать кусочками, посолить, поперчить, добавить специи и выложить в чашу мультиварки.

Готовить в режиме «Тушение» в течение 2 часов.

Затем вынуть курицу. Бульон процедить в отдельную посуду.

В форму уложить кусочки курицы и залить бульоном. Украсить зеленью и поставить в холодильник для полного застывания.

Куриный сальтисон

- ***1 кг курицы***
  3 зубчика чеснока
- ***перец черный горошком***
- ***25 г желатина***
- ***соль***
- ***лавровый лист***

Курицу промыть и нарезать кусочками.

Курятину выложить в чашу мультиварки, посыпать черным перцем, лавровым листом, солью. (Воду и масло в кастрюлю не добавлять!)

Готовить куриный сальтисон в мультиварке на режиме «Тушение» в течение 2 часов.

Готовой курице дать остыть. Разобрать ее на кусочки, удалить косточки и кожицу. Выделившийся куриный сок процедить, залить обратно в мультиварку.

Выложить курицу и измельченный чеснок в мультиварку. Сверху посыпаем желатином и перемешать.

Включить режим «Тушение» 2 часа.

После сигнала переложить куриное мясо в форму, залить бульоном, оставить охлаждаться.

Готовое блюдо поставить в холодильник для полного застывания.

Колбаса домашняя

- *1 кг свининой шеи*
- *200 см кишок*

2 ст. ложки соевого соуса
8 зубчиков чеснока
соль по вкусу

- *черный молотый перец*

кардамон

- *мускатный орех*

кориандр

Мясо промыть водой и обсушить, нарезать мелкими кусочками. Чеснок почистить и пропустить через пресс, добавить к мясу. Также добавить соевый соус, соль и все специи по очереди. Оставить мясо в миске на 1,5–2 часа.

Кишки (2 штуки по 100 см) хорошенько почистить, промыть водой и начинить мясом.

Колбаски наколоть зубочисткой и положить в чашу мультиварки.

Включить режим «Тушение» 1 час. Затем перевести на режим «Выпечка» 5 минут, чтобы выпарить лишнюю жидкость.

Затем перевернуть колбаски, чтобы верхний слой колбасок тоже прожарился пару минут.

Докторская колбаса

- ***1 кг говядины***
- ***1 яйцо***
- ***3 ст. ложки сухого молока***

2 ч. ложки соли
1 ч. ложка сахара
1/2 ч. ложки мускатного ореха
2 ст. ложки жидкого дыма
250 мл воды

Все компоненты перемешать с помощью блендера.

В рукав для запекания плотно уложить фарш.

Закрепить концы рукава, выложить на противень и запечь в духовке в течение 30 минут.

Затем переложить колбасу в мультиварку и готовить в режиме «Тушение» 1,5 часа.

Заливное из щучьих голов

- ***5 небольших свежих щук***
- ***1 морковь***
- ***1 луковица***

2 яйца

- ***1 лавровый лист свежая зелень (петрушка, укроп)***

соль

черный молотый перец

У рыбы отрезать голову и хвост. Из голов удалить глаза и жабры. С хвостов срезать плавники. Промыть все под холодной проточной водой.

Затем уложить в чашу мультиварки подготовленные хвосты и головы. Залить их водой.

Готовить в режиме «Тушение» в течение 4 часов.

Тем временем почистить морковь и промыть ее. Отварить яйца.

За 20 минут до окончания приготовления в бульон заложить неочищенный лук, морковь целиком и лавровый лист. Все посолить и перчить. После сигнала при помощи шумовки вынуть из бульона все продукты.

Бульон процедить. Рыбные головы и хвосты разобрать. Из вареной моркови вырезать цветочки. Вареные яйца нарезать кружочками.

В формочки выложить рыбу, украсить морковкой, яйцом и зеленью. Все залить бульоном и поставить заливное в холодильник на 4 часа.

Сельдь под шубой

- ***4 филе сельди***
- ***2 клубня картофеля***

1 луковица

- ***1 свекла***

1 морковь

100 г российского сыра

- ***3 ст. ложки 67 %-ного майонеза***
- ***соль***
- ***чеснок***

свежая зелень

Вымыть картофель, свеклу и морковь. Затем переложить овощи в чашу мультиварки и отварить их в режиме «Варка на пару» 30 минут. Затем охладить, очистить от кожицы и натереть на крупной терке.

Лук мелко нарезать, а чеснок раздавить. Филе сельди нарезать маленькими кусочками.

Натертый картофель посолить и смешать с майонезом.

Затем в отдельной посуде смешать натертую свеклу с чесноком и майонезом, после чего посолить.

Сыр нарезать кубиками и в отдельной тарелке смешать с морковью и майонезом, немного посолить.

После этого выложить на тарелку слоями картофель, затем лук, потом – селедку, свеклу с чесноком и морковь с сыром.
Украсить салат зеленью.

Винегрет

150 г свеклы
200 г картофеля
150 г моркови
100 г консервированного зеленого горошка
30 мл растительного масла
- ***600 мл воды***

соль

Горошек откинуть на дуршлаг, чтоб стекла вся жидкость. Свеклу, картошку и морковку промыть. В чашу мультиварки налить холодную воду, установить специальную емкость для приготовления блюд на пару. Уложить на нее овощи. Крышку закрыть, включить режим «Варка на пару» на 1 час.

После этого достать овощи и дать им остыть.

Затем снять с них кожицу. Нарезать кубиками, выложить в миску. Всыпать горошек.

Добавить масло. Посолить по вкусу и перемешать.
Переложить в салатник, подать, украсив зеленью.

Овощная закуска с сельдью

- ***250 г филе сельди***
- ***3 клубня картофеля***
- ***1 яйца***
- ***1 яблоко***
- ***2 свеклы***
- ***150 г майонеза***
- ***1 ст. ложка горчицы***
- ***зеленый лук***
- ***зелень***
- ***соль***
- ***черный молотый перец***

Картофель, свеклу, почистить и промыть в холодной воде. Выложить овощи во вкладку для варки на пару.

Включить режим «Варка на пару» 40 минут. Через 20 минут картофель вынуть. После сигнала готовые овощи остудить. Яйца сварить вкрутую. Яблоки промыть, очистить от семечек и натереть на крупной терке.

Картофель почистить, нарезать кружочками и выложить на блюдо. Сельдь нарезать кусочками и разложить сверху картофеля. Вареные яйца остудить, почистить, нарезать кружочками и накрыть сельдь. Сверху яиц натереть яблоко.

Очистить свеклу и натереть на крупной терке, соединив ее с майонезом и горчицей. Перемешать и выложить сверху яблок.
Перед подачей на стол украсить закуску зеленым луком и зеленью.

Закуска из свеклы

- ***1 свекла***
- ***1/2 репчатого лука***
- ***1/2 сладкого перца***
- ***2 ст. ложки оливкового масла***
- ***1 помидор***
- ***специи по вкусу***
- ***1 морковь***
- ***соль***
- ***сахар***

Почистить и промыть овощи. В чашу мультиварки влить оливковое масло и включить режим «Тушение» 20 минут.

Нарезать лук и обжарить его, часто помешивая до золотистого оттенка.

Затем подготовленные свеклу, перец и морковь измельчить на крупной терке. Помидоры нарезать дольками и все добавить к луку. Размешать, посыпать солью, сахаром и специями.

Залить овощи 500 мл воды и включить режим «Варка на пару» 1 час.

Периодически помешивать.

После сигнала поставить «Подогрев» 30 минут.

Выложить закуску на тарелки и подать к столу.

Шампиньоны, фаршированные овощами и ветчиной

- *15 свежих шампиньонов*
- *150 г ветчины*
- *2 луковицы*
- *2 зубчика чеснока*
- *красный молотый острый перец*

молотый красный сладкий перец
150 мл красного вина
4 ст. ложки растительного масла
зелень
соль

Шампиньоны промыть, очистить, удалить ножки и аккуратно извлечь из шляпок мякоть.

Ножки, мякоть грибов, ветчину, лук, чеснок очень мелко нарезать. Посолить, поперчить, все перемешать.

Заполнить грибные шляпки подготовленным фаршем.

Уложить их в чашу мультиварки, добавить все остальные ингредиенты.

Включить режим «Выпечка» 10–15 минут.

Готовые шампиньоны выложить на блюдо, украсить мелко нарезанной зеленью и подать к столу.

Супы и бульоны

В первоклассном супе гораздо больше искусства, чем во второсортной живописи.

А. Маслоу

Всем известно, что вкусный ароматный суп кому угодно поднимет настроение, прибавит сил и энергии, согреет в холодную погоду и освежит в изнуряющую жару. Супы мясные, рыбные и овощные, на молоке, на фруктово-ягодных отварах – для любой жизненной ситуации найдется свой достойный внимания рецепт.

Приготовленные в мультиварке супы получаются очень вкусными, томлеными, как из русской печи. Секрет – в режиме медленного приготовления (в некоторых моделях он называется «Тушение», в других – «Томление»), который, кстати, позволяет сохранить все полезные вещества.

Супы очень ароматные: аромат не уходит с паром, а остается внутри варочной емкости. К примеру, овощи, используемые для заправки супов, сохраняют не только свой цвет и форму, не только не перевариваются, но и полностью сохраняют полезные вещества.

Важно, что процесс приготовления супа в мультиварке очень прост. Он требует значительно меньше внимания, чем при готовке в обычной кастрюле на плите.

Например, не нужно следить, чтобы суп не выкипел. К тому же можно запрограммировать приготовление супа к определенному времени и не беспокоиться, что он остынет: умная мультиварка автоматически переведет его в режим подогрева.

Самый простой рецепт универсален, так можно приготовить практически любой суп. Поместить необходимые продукты в чашу мультиварки, залить водой, добавить специи и соль, установить время приготовления в режиме «Тушение» на 1 час – и готово! Можете заниматься делами, мультиварка сама сварит супчик.

Конечно, для любого вида супа существует свой конкретный рецепт, но в основном для приготовления супов в мультиварке используются два режима: «Варка на пару» или «Тушение», но в первом варианте вода будет кипеть значительно сильнее. Для варки молочных супов насыщенного вкуса можно использовать режим «Молочная каша». (Из-за закрытого пространства при готовке весь молочный аромат остается в блюде.)

Имеются и некоторые правила приготовления различных супов в мультиварке, которых необходимо придерживаться, чтобы получился вкусный суп:

• В процессе подготовки к приготовлению супа, в большей степени, чем для какого-то другого блюда, нужно особо внимательно осуществлять подбор ингредиентов. Все потому, что вещества, которые содержаться в подобранных продуктах, попадают в суповой бульон, который и задает вкус супа.

• Все ингредиенты для супа просто обязаны быть свежими, отлично промытыми под водой, тщательно высушенными, а, кроме того, если нужно, очищенными от кожуры.

• Ни в коем случае не следует подливать воду в суп и уж тем более не отливать из него. Для этого необходимо заблаговременно взять достаточно жидкости с учетом выкипания.

• Посолить суп следует незадолго до завершения варки, для того чтобы составляющие успели впитать в себя достаточно соли.

• Выкладывать продукты в суп следует с учетом времени нужного для их равномерного приготовления

• Начиная приготовление любого супа в мультиварке, следует помнить, что возможности снять пену не будет. Поэтому основная задача – избежать ее появления. Делается это просто – мясо перед варкой необходимо тщательно промыть (можно даже ненадолго замочить в воде), а потом немного обжарить. Это можно сделать прямо в мультиварке в режиме «Выпечка».

Бульон

- ***мясо (любое) или курица***
- ***вода (необходимый объем в зависимости от количества мяса и размера мультиварки)***
- ***1 луковица***
- ***1 морковь***
- ***соль***
- ***лавровый лист***

Тщательно промыть мясо, положить в чашу мультиварки и залить холодной водой.

Довести до кипения в режиме «Варка на пару».

Снять пену, положить целую луковицу, морковь, соль и специи (по вкусу) и варить в течение 1–1,5 часов в режиме «Тушение».

Бульон получится прозрачный и наваристый.

Щи из квашеной капусты

- ***800 г филе бедра индейки***
- ***600 г квашеной капусты***
- ***5 средних клубней картофеля***
- ***2 ст. ложки томатной пасты***
- ***2–3 ст. ложки сахара***
- ***приправа для супа***
- ***вода***
- ***соль***

Положить капусту в чашу мультиварки, добавить 100 мл воды и потушить ее в режиме «Тушение» в течение 1,5 часов.

Нарезать мясо на порционные куски. Картофель почистить и оставить целиком.

Капусту выложить из кастрюли, чашу помыть и вытереть насухо. Положить в чашу мясо и картофель, залить водой и готовить в режиме «Тушение» 1 час. Затем картофель достать и в отдельной посуде растолочь, потом снова добавить в чашу мультиварки. Далее туда же добавить капусту, приправы, томатную пасту, соль, перец и зелень.

Оставить в режиме «Тушение» еще на 1 час. Желательно после истечения заданного времени потомить щи в режиме подогрева 30 минут.

Щи из свежей капусты

- ***2–3 л мясного бульона***
- ***3 клубня картофеля***

1/4 кочана капусты
1 средняя морковь
2 маленькие луковицы
1 помидор

- ***зелень***
- ***соль***
- ***черный молотый перец***
- ***лавровый лист***

Процедить бульон, отделить мясо от костей, нарезать мясо и картофель кубиками.

Нашинковать капусту, измельчить лук, морковь на терке (при желании овощи можно обжарить), все залить бульоном (так, чтобы покрыть все содержимое чаши).

Добавить соль и специи (по вкусу) и готовить в режиме «Тушение» в течение 1,5–2 часов.

Если хотите «суточные» щи, нужно настоять их в режиме подогрева еще несколько часов.

Щи с черносливом

- ***300 г свиной вырезки***
- ***100 г квашеной капусты***
- ***50 г чернослива***
- ***100 г репчатого лука***
- ***100 г картофеля***
- ***зелень для украшения***
- ***вода***
- ***соль***
- ***черный молотый перец***
- ***специи***

Нарезать свинину небольшими кусочками, уложить на дно чаши мультиварки. Картофель, чернослив и лук нарезать мелкими кусочками, выложить на мясо.

Долить воды, приправить по вкусу, посыпать небольшим количеством черного перца и соли.

Готовить щи в мультиварке в режиме «Тушение» 1 час.
После окончания приготовления суп украсить любой зеленью и подать к столу со сметаной.

Борщ

- ***350 г говядины с костью***

1,5 л воды

- ***2 моркови***
- ***2 луковицы***

1 средняя свекла
50 мл растительного масла
2 ст. ложки томатной пасты
1 ч. ложка сахара
1 ч. ложка столового уксуса
80 г белокочанной капусты
3 лавровых листа
сметана для подачи
2–3 веточки укропа
соль
черный молотый перец

Положить в чашу мультиварки кусок мяса с косточкой, залить водой, добавить 1 крупно нарезанную морковь и луковицу.

Сварить бульон в режиме «Тушение» в течение 1,5 часов. Достать мясо, бульон процедить и вернуть в очищенную чашу мультиварки.

Свеклу нарезать соломкой и слегка обжарить на половине растительного масла с томатной

пастой. Влить в сковороду немного бульона, добавить сахар и уксус, потушить около 30 минут. Положить свеклу в бульон.

Натертую на терке или тонко нарезанную морковь и мелко нарезанную луковицу спассеровать на растительном масле, положить в бульон.

Нашинковать капусту, положить в бульон. Посолить по вкусу, добавить лавровый лист. Готовить в режиме «Тушение» в течение 1 часа.

При подаче положить в борщ снятое с кости и нарезанное отварное мясо, поперчить, заправить сметаной и посыпать рубленой зеленью укропа.

Борщ с фасолью

180 г красной фасоли

- ***100 г сухих предварительно вымоченных грибов***

2 клубня картофеля

1 луковица

- ***1 морковь***

1 ст. ложка растительного масла

1 большая отваренная свекла

В чашу мультиварки налить масло и обжарить шинкованный лук и натертую морковь в режиме «Выпечка» течение 20 минут.

После этого выложить овощи в отдельную емкость.

Затем в чашу мультиварки положить промытую фасоль, залить водой и готовить в режиме «Тушение» в течение 3 часов.
За 1 час до окончания программы добавить грибы, нарезанную картошку и обжаренные лук и морковь. Свеклу очистить, натереть на терке и добавить в суп минут за 15 до окончания программы.

Рассольник

- *1,5 л воды*

400 г говядины
1 стакан перловой крупы
1 луковица
1 морковь
2 ст. ложки растительного масла
3–4 клубня картофеля
3 соленых огурца
сметана для подачи
соль
черный молотый перец

Влить в чашу мультиварки доведенную до кипения воду, положить мясо, посолить и поперчить по вкусу, поставить в режим «Тушение» на 1 час.

Перловую крупу промыть и замочить в воде.

Лук и морковь почистить, лук мелко нарезать, морковь натереть на терке. Поджарить лук с морковью на сковороде с растительным маслом.

Когда мясо будет готово, положить в мультиварку перловую крупу, поджарку из лука и моркови, нарезанный кубиками картофель и нарезанные соломкой соленые огурцы. Готовить в режиме «Тушение» еще 1 час.

Готовый рассольник при необходимости досолить, поперчить. Подавать со сметаной.

Суп-кулеш

- ***200 г говядины***

4 клубня картофеля
2 моркови
150 г пшеничной крупы
1 луковица
соль
1 ст. ложка растительного масла
специи
1 лавровый лист

Очистить репчатый лук от шелухи, помыть и измельчить. Положить его в чашу мультиварки и обжарить в небольшом количестве масла в режиме «Выпечка» в течение 10 минут. Почистить морковь, вымыть и натереть на крупной терке. Добавить к луку и обжаривать еще в течение 10 минут.

Мясо обработать и нарезать кусочками. Добавить к обжарке моркови и лука, крышку закрыть и оставить готовиться в режиме «Выпечка» в течение 40 минут. Периодически помешивать.

Вымыть и очистить картофель, нарезать произвольными кусочками. Пшено промыть несколько раз.

Добавить картофель, пшенку, посолить, положить лавровый лист и специи. Залить горячей водой, накрыть крышкой и готовить суп-кулеш в режиме «Тушение» в течение 1 часа. Затем довести его до готовности в режиме подогрева минут 20.

Суп-гуляш

- ***500 г говядины***
- ***4 клубня картофеля***
- ***1 луковица***
- ***7 зубчиков чеснока***
- ***1 ст. ложка сахара***
- ***3 ст. ложки томатной пасты***
- ***вода***
- ***1/2 лимона***
- ***зелень***
- ***сметана***
- ***специи***
- ***растительное масло***

Мелко нарезать лук, затем подсластить его, это придаст супу изысканный вкус.

Лук уложить в чашу мультиварки и обжарить его с растительным маслом в режиме «Выпечка» в течение 15 минут, не забывая периодически помешивать.

Далее мелко нарезать чеснок и добавить к нему немного соли для усиления аромата.

Положить чеснок к луку и обжарить все вместе еще 2–3 минуты. Затем нарезать говядину соломкой, выложить ее в чашу и готовить в режиме «Тушение» в течение 10 минут. Добавить к мясу томатную пасту и тушить еще 5–7 минут.

После этого положить нарезанный соломкой картофель. Залить все горячей водой, чтобы она покрывала содержимое чаши на 2–3 см и добавить специи. Варить 15 минут до полуготовности картошки в режиме «Тушение».

На последнем этапе добавить капусту, и готовить блюдо в режиме «Тушение» в течение 2 часов.

В завершении добавить сок лимона, попробовать суп и если необходимо, немного подсолить.

Подать горячим, добавить зелень и сметану.

Харчо

- *500 г говядины*
- *2 л воды*
- *1 корень петрушки*
- 3 *луковицы*
- *1 ст. ложка муки*
- *2 ст. ложки растительного масла*
- *1/2 стакана риса*
- *3 лавровых листа*

1/2 ч. ложки семян кориандра
10 горошин черного перца
1/2 стакана молотых грецких орехов
2 ст. ложки соуса ткемали
2 ст. ложки рубленой зелени петрушки
2 ч. ложки хмели-сунели
1/2 ч. ложки красного молотого перца
1 щепотка корицы
1/2 ч. ложки имеретинского шафрана
5 зубчиков чеснока
1 ст. ложки рубленой зелени кинзы
1/2 ст. ложки рубленой зелени базилика
соль

Говядину нарезать не слишком крупными кусками, залить холодной водой, добавить корень петрушки и варить 2 часа в режиме «Тушение».

Мелко нарезанный лук обжарить с мукой в небольшом количестве растительного масла.

Из готового бульона достать мясо, бульон процедить, влить обратно в очищенную чашу мультиварки, засыпать хорошо промытый рис, обжаренный лук, положить обратно мясо, посолить по вкусу. Добавить лавровый лист, растертые в ступке семена кориандра и черный молотый перец. Варить в режиме «Тушение» 40 минут. За 10 минут до готовности добавить молотые грецкие орехи.

Через 5 минут добавить в суп соус ткемали, рубленую зелень петрушки, хмели-сунели, красный молотый перец, корицу и шафран. Варить до сигнала, после чего оставить в режиме подогрева на 5-10 минут.

В готовый суп добавить пропущенный через пресс чеснок, рубленую зелень кинзы и базилика.

Хаш из свиных ножек

- *2 свиных ножки*
- *1 лавровый лист*

4–5 зубчиков чеснока
свежая зелень

- *5–6 горошин черного перца*

вода
соль

Свиные ножки как следует промыть. Затем разрубить их на части и замочить на сутки в холодной воде. При этом менять воду каждые 2–3 часа.

Через сутки свиные ножки еще раз промыть, положить в чашу мультиварки и залить водой на 15–20 см выше их уровня. Добавить лавровый лист, перец горошком и немного соли.

Готовить бульон в режиме «Тушение» в течение 4 часов.

За время приготовления нарезать свежую зелень, чеснок мелко нарубить.

К горячему хашу подать соль, измельченный чеснок, зелень и лаваш. Ножки можно подать на отдельной тарелке или положить их в бульон.

Тыквенный суп с мясом

- ***300–500 г мяса***
- ***3 клубня картофеля***

1 средняя морковь
2 маленькие луковицы
1/2 небольшой тыквы
1 сладкий перец
1 долька чеснока
зелень
соль
черный молотый перец
приправы

Нарезать мясо небольшими кусочками, картофель (кубиками), морковь (кружочками), лук, тыкву и сладкий перец (мелкими кусочками).

Сложить все в чашу мультиварки, залить холодной водой, добавить специи (по вкусу) и готовить в режиме «Тушение» в течение 1,5–2 часов.

В самом конце варки положить нарезанную зелень с измельченным чесноком.

Шурпа

- ***1 кг баранины (ребра)***
200 г курдючного сала
- ***1 кг говядины (грудинка)***
2 луковицы
2 моркови
- ***2 красных жгучих перца***
2 сладких перца
2 помидора
- ***1 кислое яблоко***
3 клубня картофеля
зелень кинзы
1 ч. ложка зиры
1 ч. ложка кориандра
1,5 л воды

Лук очистить и нарезать кольцами толщиной около 1 см. Морковь помыть, очистить и нарезать брусками. Острый и сладкий перец очистить от семян и мякоти и нарезать на крупные полоски. Помидоры вымыть и нарезать на четыре дольки. Яблоко очистить от сердцевины и нарезать на крупные дольки. Картошку очистить и разрезать пополам. Зелень кинзы мелко нарубить.

В чашу мультиварки положить сало и вытопить его в режиме «Выпечка», затем опустить в него ребра и нарезанное кусками мясо и обжарить в том же режиме 20 минут.

Достать обжаренные ребра и мясо. Поместить в чашу мультиварки лук и морковь и обжарить в режиме «Выпечка» в течение 10 минут. Затем уложить ребра и мясо обратно, добавить картошку, яблоки, зелень, помидоры, перец, посолить и поперчить и залить все водой.

Готовить в режиме «Тушение» в течение 1,5 часа.

Фасолевый суп

- ***500 г свиных ребрышек***
4–5 клубней картофеля
200 г консервированной фасоли в собственном соку
- ***1 луковица***
1 морковь
1 ст. ложка зелени
- ***лавровый лист***
- ***соль***
черный молотый перец

Сварить мясо и картофель в режиме «Тушение» в течение 2 часов, посолить и поперчить. Обжарить нарезанный лук и натертую морковь. За 15 минут до окончания программы добавить их в суп вместе с фасолью (предварительно слить воду из банки) и специями. В тарелку с супом положить нарезанную зелень.

Суп с фасолью и копченостями

Для бульона:

- ***400 г говядины***
- ***1,5 л воды***
- ***1 корень петрушки***
- ***1 морковь***
- 3 ***лавровых листа***
- ***5–6 горошин черного перца***
- ***соль***

Для заправки:

- ***1 луковица***
- ***2 моркови***
- 2 ***клубня картофеля***
- ***250 г копченостей (колбаски, ветчина, грудинка)***
- ***1 банка консервированной красной фасоли***
- ***20 мл растительного масла***
- ***1 ст. ложка томатной пасты***
- ***1 ч. ложка сушеного базилика***
- ***рубленая зелень для подачи***
- ***соль***

Сварить мясной бульон в режиме «Тушение» 1 час. Процедить и вернуть в очищенную чашу мультиварки, посолив по вкусу.

Лук и морковь очистить, нарезать тонкой соломкой. Картофель нарезать кубиками. Копчености нарезать небольшими ломтиками. С фасоли слить жидкость. Спассеровать лук и морковь на растительном масле до мягкости.

Положить в чашу с бульоном зажарку, картофель, копчености и фасоль, добавить томатную пасту и сушеный базилик.

Готовить в режиме «Тушение» 1 час. В конце варки досолить по вкусу.

Посыпать зеленью.

Гороховый суп

- ***200 г бекона***
- ***1,5 л мясного бульона и вареное мясо***
- ***1 стакан гороха***
- 2 ***клубня картофеля***
- ***1 средняя луковица***
- ***1 небольшая морковь***
- ***1 ч. ложка томатной пасты***
- ***1 долька чеснока***
- ***зелень***
- ***соль***
- ***черный молотый перец***
- ***специи***

Промыть горох, нарезать мясо, бекон, овощи. Лук, морковь и бекон обжарить.

Положить все в чашу мультиварки, залить бульоном (так, чтобы покрыть содержимое чаши), добавить томатную пасу, чеснок, специи (по вкусу) и готовить в режиме «Тушение» в течение 2–2,5 часов.

Подавать гороховый суп лучше всего с гренками и зеленью.

Солянка мясная

- ***200–400 г мяса***

200–400 г мясных изделий (колбаса, ветчина и т. д.)
2–3 клубня картофеля
1 луковица
1 морковь
2–3 соленых огурца
1 помидор

- ***1 лавровый лист***

соль
– черный молотый перец

Репчатый лук очистить, нарезать полукольцами и положить в чашу мультиварки.

Включить режим «Выпечка» 1 час. Периодически помешивая, закладывать по очереди, по мере нарезания: натертую морковь, мелко нарезанное мясо, соленые огурцы и помидор.

Далее готовить в мультиварке в режиме «Тушение» в течение 1,5–2 часов. Добавить воду и рассол от огурцов (по вкусу), а также нарезанную маленькими кубиками картошку.

За 5-10 минут до готовности можно добавить лавровый лист (по желанию).

В тарелку с солянкой положить нарезанные оливки, лимон и сметану.

Солянка белая

- *450 г говядины с косточкой*
- *1 корень петрушки*
- *1 морковь*
- *3 луковицы*
- *3 лавровых листа*
- *5–6 горошин черного перца*
- *2 л воды*
- *20 г сливочного масла*
- *200 г соленых огурцов*
- *70 г сосисок*
- *70 г ветчины*
- *2 охотничьих колбасок*
- *1 ст. ложка каперсов*
- *30 г маслин без косточек*
- *1/2 лимона*
- *сметана для подачи*
- *соль*

Выложить говядину, корень петрушки, морковь, одну луковицу, лавровый лист и черный молотый перец горошком в чашу мультиварки, залить водой и варить в режиме «Тушение» 2 часа.

Затем бульон процедить, коренья выбросить.

Перелить бульон в очищенную чашу мультиварки.

Тем временем на сковороде со сливочным маслом обжарить оставшийся нарезанный тонкой соломкой лук до светло-золотистого оттенка, развести небольшим количеством бульона.

На отдельной сковороде потушить нарезанные соломкой соленые огурцы, добавив немного воды, в течение 15–20 минут.

Положить в процеженный бульон лук и огурцы, добавить нарезанные соломкой или небольшими ломтиками сосиски, ветчину и колбаски.

Варить в режиме «Тушение» 30 минут.

За 5 минут до готовности положить в солянку каперсы и маслины.

В конце досолить но вкусу.

Солянка по-грузински

- ***600 г мякоти говядины***
4 луковицы
1 ст. ложка муки
40 мл растительного масла
- ***4 ст. ложки томатной*** *пасты*
- ***3–4 соленых огурца***
1 стакан мясного бульона
- ***2 зубчика чеснока***
- ***1/2 ст. ложки винного уксуса***
1 пучок кинзы
1 пучок петрушки
1/2 ч. ложки молотого кориандра
1/2 ч. ложки хмели-сунели
50 г маслин без косточек
соль
черный молотый перец

Мясо нарезать брусочками или кубиками. Лук мелко нарубить. Муку подсушить на сковороде без масла до легкого изменения цвета.

Обжарить на растительном масле лук с мясом, в конце добавив пассерованную муку.

Переложить в чашу мультиварки, добавить томатную насту и нарезанные соломкой соленые огурцы. Влить бульон, посолить и поперчить по вкусу. Готовить в режиме «Тушение» 1 час.

За 5 минут до готовности добавить в солянку пропущенный через пресс чеснок, винный уксус, нарубленную зелень кинзы и петрушки (часть оставить для подачи), а также специи и маслины. Подать солянку горячей, посыпав оставшейся зеленью.

Солянка с осетриной

- ***1 кг свежей осетрины***
- ***2 луковицы***
- ***1 морковь***
- 3 ***клубня картофеля***
- ***50 мл растительного масла***
- ***1 пучок зелени петрушки***
- ***20 маслин***
- ***1 банка консервированных*** *каперсов*
- ***1/2 ч. ложки приправы к рыбе***
- ***2 лавровых листа***
- ***1 ст. ложка томатного пюре***
- ***вода***
- ***2 ч. ложки соли***
- ***1 пучок укропа***
- ***1/2 лимона***

Лук очень мелко нарезать, морковь натереть на крупной терке, картофель нарезать брусочками. Рыбное филе нарезать кубиками.

В мультиварочную чашу выложить лук, предварительно смазав дно маслом. Затем положить морковь, картофель и в конце – рыбные кусочки.

Готовить в режиме «Тушение» в течение 2 часов.

Затем заложить каперсы и разрезанные напополам маслины. Добавить томатное пюре, приправу, соль, долить воды и перемешать.

Готовить рыбную солянку в мультиварке еще около 20 минут. При подаче, добавить дольку лимона в каждую тарелку.

Рыбная солянка

- ***рыба (любая, как свежая, так и соленая)***
- ***2 клубня картофеля***
- ***1 морковь***
- ***2 помидора***
- ***1 луковица***
- ***1–2 соленых огурца***
- ***сметана***
- ***зелень***
- ***оливки***

соль

специи

Нарезать овощи соломкой, рыбу – кусочками. В чашу мультиварки налить немного масла, положить морковь и помидоры, через 10 минут добавить огурцы, и готовить в режиме «Выпечка» в течение 20 минут.

По окончании режима положить в чашу рыбу, картофель, налить воду, посолить, поперчить и готовить в режиме «Тушение» в течение 1 часа. За 10 минут до готовности положить оливки.

Готовую солянку можно оставить томиться в режиме подогрева еще минут на 10–15.

Подавать к столу с зеленью и сметаной.

Суп с фрикадельками

- ***250 г свинины***
- ***250 г говядины***
- ***2 луковицы***

2 моркови
3 клубня картофеля
2 л воды
соль
специи

Налить воду в чашу мультиварки и вскипятить в режиме «Варка на пару» 5 минут.

Прокрутить мясо через мясорубку с мелкой решеткой.

Лук мелко нарезать, но оставить *1/2* луковицы целой.

В готовый фарш положить лук, добавить соль и специи. Тщательно перемешав фарш, поставить его в холодильник.

Очистить и нарезать картошку крупными брусочками. Затем переложить ее в закипевшую воду, немного посолить и варить в режиме «Тушение» в течение 1–1,5 часа

Оставшуюся *1/2* луковицы мелко покрошить, а морковку натереть на терке. Налить в сковороду немного растительного масла и переложить туда овощи. Обжарить их до золотистого цвета. Зажарку выложить к картофелю.

Затем слепить из охлажденного фарша фрикадельки размером с лесной орех. Выложить их в суп, и периодически помешивать.

После всплытия всех фрикаделек, спустя 5 минут с момента закладки последней фрикадельки, положить мелко нарезанную зелень.

Суп с кускусом и ветчиной

- *1 луковица*
- *1 морковь*
- *150 г ветчины*
- *1 зубчик чеснока*
- *3 клубня картофеля*

2–3 помидора
1,5 л воды
3 ст. ложки растительного масла
200 г крупы кускуса
соль
специи

Морковь и помидоры нарезать небольшими кусочками, картофель – кубиками, ветчину, репчатый лук и чеснок измельчить.

Все эти продукты уложить в чашу мультиварки и обжарить в режиме «Выпечка» в течение 10–15 минут.

Затем добавить в мультиварку кускус, залить горячей водой, посолить и добавить специи.

Готовить в режиме «Тушение» 1 час, затем еще 15 минут подержать на подогреве.

Суп из помидоров и картофеля

- ***600 г говядины***
- 3 ***луковицы***
- ***3 ст. ложки растительного масла***

500 мл говяжьего бульона
500 г картофеля
250 г помидоров
свежая зелень (петрушка, укроп)
сухой тимьян
специи
бульон
соль
перец

Очистить картофель и нарезать на кубики небольшого размера. Мясо нарезать небольшими кусочками.

Луковицы очистить и мелко нарезать, положить в чашу мультиварки и обжарить на растительном масле в режиме «Выпечка» в течение 10 минут до прозрачности. Затем выложить к нему мясо и обжарить еще 10 минут до потемнения.

Приправить тимьяном и специями, посолить и поперчить. Влить бульон.

Готовить дальше в режиме «Тушение» 35 минут. Добавить в суп картофель, фасоль и оставить еще на 25 минут.

Помидоры нарезать кубиками и выложить в суп за несколько минут до окончания приготовления.

Украсить суп мелко порубленной зеленью и подать к столу.

Похлебка карельская

- ***500 г курицы (грудка)***

200 г свежих белых грибов

1 морковь

2 клубня картофеля

1/2 корня пастернака

- ***1 стебель лука-порея***

вода

соль

черный молотый перец

- ***4 ст. ложки растительного масла***

Вымыть и очистить морковь, нарезать тонкой соломкой. Помыть и очистить от кожуры картофель, нарезать небольшими кубиками. Грибы перебрать, удалить непригодные, обмыть, нарезать. Лук-порей обмыть, разделить белую и зеленую части и нарезать каждую отдельно.

Мясо обмыть и нарезать кусочками среднего размера.

Уложить в чашу мультиварки белую часть лука-порея, морковь, грибы и мясо и обжарить в небольшом количестве масла в режиме «Выпечка» в течение 8-10 минут.

Добавить зеленую часть лука-порея, пастернак, картофель. Положить соль, перец и специи, залить 1,5–2 л горячей воды и включить режим «Тушение».

В этом режиме мультиварки похлебка карельская будет готова через 60 минут.

При подаче на стол в похлебку добавить сметану и зелень.

Суп с пекинской капустой

- *1 кочан пекинской капусты*
300 г куриной грудки
70 г рисовой лапши
2 ст. ложки растительного масла
- *2 ст. ложки соевого соуса*
1 луковица
зеленый лук
специи

Налить в чашу мультиварки масло и обжарить подготовленный и нарезанный лук в режиме «Выпечка» в течение 10 минут. После того как лук протомится, заложить куриное мясо, нарезанное тонкими полосками.

Поперчить и обжарить до готовности в режиме «Выпечка» примерно 40 минут. В последние минуты приготовления добавить соевый соус.

Затем поставить вновь в режим «Выпечка», только уже на 20 минут, и залить кипяток, немного не доходя до линии предела.

В кипяток заложить рисовую лапшу и готовить 10 минут.

Нашинковать капусту тонкой соломкой. Примерно за 2 минуты до готовности рисовой лапши добавить капусту. Затем довести суп до готовности в режиме подогрева около 1 часа.
Перед подачей посыпать суп небольшим количеством нарубленной зелени.

Куриный суп-лапша

- ***500 г курицы***
- ***1 л воды***
- ***1 средняя морковь***
- ***1 луковица***
- ***100 г корневого сельдерея***
- ***1 клубень картофеля***
- ***1 лавровый лист***
- ***50 г лапши***
- ***зелень петрушки или укропа для подачи***
- ***соль***
- ***черный молотый перец***

Курицу разрезать на небольшие кусочки и положить в чашу мультиварки.

Влить воду и готовить в режиме «Тушение» 1 час.

Нарезать очищенные морковь, лук, корень сельдерея и картофель, добавить в бульон с курицей.

Положить лавровый лист, посолить и поперчить по вкусу. Продолжать готовить в режиме «Тушение» 1 час.

За 12–15 минут до готовности всыпать в чашу мультиварки лапшу. При подаче посыпать суп рубленой зеленью.

Суп куриный со шпинатом

- *1 курица*
  5 клубней картофеля
  1 луковица
- *1 морковь*
  вода
  соль
  100 г шпината
  20 мл лимонного сока

Курицу промыть, нарезать на части, луковицу и морковь мелко нарезать, картофель измельчить кубиками.

Все уложить в чашу мультиварки, залить водой, посолить и готовить в режиме «Выпечка» в течение 40 минут, периодически удаляя пенку, чтобы бульон не помутнел.

После этого мультиварку переключить в режим «Тушение» и готовить суп еще 60 минут.

По истечении 25 минут в суп добавить нарезанный шпинат, а также сок лимона.

Подавать суп из шпината со сметаной и вареным яйцом.

Куриный суп с клецками

- *3 клубня картофеля*
300 г курицы
– 1 морковь
1 луковица
свежая зелень (петрушка, укроп)
- *вода*
соль
специи
- *1 яйцо*
1/2 ст. ложки растительного масла
- *100 г пшеничной муки высшего сорта*

Очищенные морковь и лук мелко нарезать и обжарить на масле в чаше мультиварки в режиме «Выпечка» 15 минут.

Затем положить к ним очищенную и нарезанную картошку, промытую и нарезанную на кусочки курицу.

Приправить, посолить, залить водой и готовить в режиме «Тушение» в течение 1 часа. По истечении 30 минут отобрать 1/2 стакана бульона из супа.

Перелить его в глубокую тарелку, добавить яйцо, растительное масло, соль. Затем перемешать с просеянной мукой до густоты. Сформовать чайной ложкой клецки и выложить их в чашу мультиварки.

Суп с куриными потрохами

- ***500 г куриных потрохов***
- ***4 клубня картофеля***
- ***1 сладкий перец***
- ***1 луковица***
- ***1 морковь***
- ***1 ст. ложка растительного масла***
  1 ст. ложка сливочного масла
- ***вода***
- ***специи***
- ***соль***

Куриные потроха промыть, разделать и уложить в чашу мультиварки.

Обжарить их в смеси растительного и сливочного масел в режиме «Выпечка» в течение 30 минут. (Не забывать помешивать!)

Лук очистить и нарезать кубиками. Сладкий перец промыть от семян и нарезать соломкой. Морковь вымыть, очистить и нарезать брусками.

В чашу мультиварку к куриным потрохам добавить лук, перец, морковь и обжарить еще 20 минут в том же режиме.

Почистить картофель, вымыть и нарезать дольками. Затем добавить его к обжаренной смеси, залить горячей водой, посолить, добавить приправы.

Далее готовить в режиме «Тушение» в течение 1,5 часов.

Суп греческий лимонный

- ***1,2 кг курицы***
- ***1 луковица***
- ***зелень петрушки***
- ***1 морковь***

2 яйца

- ***100 г риса***
- ***1 лимон***
- ***15 г макарон высшего сорта***

Все овощи, очистить, ополоснуть под водой. Лук очень мелко нашинковать, морковь нарезать соломкой, а картофель – кубиками.

Курицу ополоснуть, просушить и уложить в чашу мультиварки. Затем к ней добавить подготовленные овощи и залить водой.

Установить режим «Выпечка на 50 минут.

Примерно за 20 минут до окончания приготовления бульона добавить рис и макаронные изделия. Посолить и перемешать.

Как только крупы будут готовы, отключить мультиварку для того чтобы суп немного остыл.

Разбить в отдельной миске яйца, к ним выдавить сок лимона и тщательно все взбить. После этого тонкой струей, помешивая суп, влить лимонно-яичную смесь. Суп должен поменять цвет, он станет молочного цвета.

В самом конце высыпать в суп рубленую зелень. Затем довести его до готовности в режиме подогрева минут 20.

Уха

- ***300 г хвостов и головизны речных рыб***
- ***500 г свежей рыбы (любой)***
- ***5 клубней картофеля***

1 морковь
1 луковица
1 л воды
соль
черный молотый перец
1 корень петрушки
зелень петрушки
1 лавровый лист
4 горошины черного перца
1/2 лимона

Рыбьи головы и хвосты завернуть в марлевую салфетку, уложить в чашу мультиварки, добавить воду и отварить в режиме «Выпечка» в течение 40 минут, периодически удаляя пенку. Затем головы и хвосты удалить, бульон процедить.

Лук очень мелко нарезать, морковь натереть на крупной терке, картофель очистить и нарезать кубиками.

Рыбу филетировать и нарезать крупными кусками.

Все уложить в чашу мультиварки, посыпать солью, перцем и залить горячим бульоном.

Готовить в режиме «Тушение» в течение 1 часа.

Через 30 минут после начала приготовления добавить лавровый лист, корень петрушки и перца горошком.

При подаче на стол уху посыпать зеленью и украсить кружком лимона.

Уха из семги с пшеном

- ***1 кг семги***
- ***2–3 клубня картофеля***
- ***2–3 ст. ложки пшена***
- 2 ***луковицы***
- ***1 морковь***
- ***зелень***
- ***лавровый лист***
- ***перец горошком***
- ***соль***

Тщательно промыть рыбу, положить в чашу мультиварки и залить холодной водой до верхней риски.

Довести до кипения в режиме «Варка на пару», снять пену, положить 1 целую луковицу, лавровый лист, перец горошком, посолить. Затем варить 1 час в режиме «Тушение».

Вынуть рыбу из кастрюли, освободить ее от костей.

В бульон добавить нарезанные морковь, лук репчатый, зелень, картошку, поставить вариться еще на 1 час в режиме «Тушение».

Когда картошка будет еще полусырая, положить промытое пшено (по вкусу).

Когда пшено будет уже почти готово, положить рыбу, дать покипеть минут пять и выключить мультиварку.

Уха должна настояться 20–30 минут в режиме подогрева. Подавать, посыпав зеленью.

Норвежский суп

- ***300 г свежей семги (филе)***
- ***1 луковица***
- ***1 морковь***
- ***600 мл воды***

5 клубней картофеля
200 мл 35 %-ных сливок
25 г пшеничной муки высшего сорта
соль
свежая зелень (петрушка, укроп)
сухарики из белого хлеба
2 ст. ложки растительного масла

В чашу мультиварки налить масло и прожарить шинкованный лук и натертую морковь в режиме «Выпечка» 20 минут. После этого выложить в отдельную емкость.

Промыть рыбу и разрезать на куски примерно 2 × 2 см. Затем переложить ее в чашу мультиварки и обжарить в режиме «Выпечка» в течение 20 минут. После к рыбе добавить очищенный и крупно нарезанный картофель и воду. Готовить в режиме «Тушение» в течение 40 минут.

После того как картофель сварится, вынуть его и пропустить через блендер совместно с луком и морковью. Затем переложить получившееся пюре обратно в чашу мультиварки.

Обжарить отдельно на сливочном масле муку (это лучше всего делать на сковороде) до золотистого цвета.

Томящийся в мультиварке суп посолить, добавить муку, сливки и размешать. Готовить далее течение 1,5 часов в режим «Тушение».

Подать с нарубленной зеленью, кусочком лайма и сухарями.

Суп сливочный с лососем

- ***100 г репчатого лука***

300 г свежего лосося
50 г моркови
40 г классического соевого соуса
150 г картофеля
40 г сладкой консервированной кукурузы
вода
соль
– специи
растительное масло для жарки

Нарезать филе лосося кубиками. Морковь почистить и натереть на крупной терке, лук мелко нарезать, а картофель нашинковать брусками.

Рыбу положить в чашу мультиварки и обжарить с морковью и луком в режиме «Выпечка» в течение 15 минут. Выложить картошку и кукурузу, поперчить, подсолить, добавить сливки и соус.

Налить воду на 2 пальца выше уровня продуктов и готовить в режиме «Тушение» 1 час.

Подать с белыми сухариками.

Томатный суп

- ***600 г томатов***
- ***1/4 стакана риса***
- ***4 клубня картофеля***

1 луковица

- ***4 зубчика чеснока***
- ***1 ч. ложка специй***
- ***2 ст. ложки соли***

1 пучок базилика

- ***1 пучок укропа***

100 г плавленого сыра

- ***1 л воды***

Помидоры и картошку нарезать на одинаковые кубики небольшого размера. Мелко нарезать репчатый лук, укроп и чеснок.

Все ингредиенты переложить в чашу мультиварки, затем добавить к ним промытый рис, базилик, соль, специи и сыр.

Все залить водой так, чтобы овощи полностью скрылись под водой.

Тщательно все перемешать, чтобы сыр полностью растворился.

Готовить в режиме «Варка на пару» в течение 10 минут до закипания. Далее переключить на режим «Молочная каша» и готовить до звукового сигнала.

После оставить суп в мультиварке в режиме подогрева еще на 10 минут.

Готовые овощи измельчить в блендере до консистенции пюре. Суп украсить петрушкой или другой зеленью.

Суп-пюре кабачковый

- *40 г сливочного масла*
- *1 кг кабачков*

1 луковица

2 яйца

20 г сыра пармезан

1 ст. ложка сушеного базилика

бульон

специи

- *соль*

Помыть и очистить кабачки от кожуры, нарезать кубиками. Лук измельчить и вместе с кабачками уложить в чашу мультиварки, которую включить в режим «Выпечка» для жарки овощей на масле в течение 5 минут.

Затем добавить готовый бульон. Переключить мультиварку в режим «Тушение» и варить в течение 20 минут.

Выложить кабачки из мультиварки в чашу миксера, туда же положить пармезан и заранее взбитые яйца, а также базилик и перемешать миксером.

Затем влить смесь обратно в мультиварку и дать закипеть. После этого минут 10 подержать суп-пюре в режиме подогрева.

Суп щавелевый

- ***1 луковица***
1 морковь
500 г говядины
5 клубней картофеля
50 г щавеля
растительное масло для жарки
2 яйца
2 ст. ложки сметаны
вода
- ***соль***

Лук и морковь помыть, очистить и мелко нарезать.

Уложить их чашу мультиварки и обжарить в небольшом количестве масла в режиме «Выпечка» в течение 10 минут.

Добавить нарезанное кусочками мясо, посыпать солью, поперчить и пожарить в том же режиме еще 15 минут.

Положить в чашу очищенную и нарезанную кубиками картошку, налить воду и готовить в режиме «Тушение» в течение 1 часа.

За 10 минут до подачи звукового сигнала добавить мелко нарезанный щавель и взбитые в чашке яйца.

Суп со щавелем подавать со сметаной или горчицей.

Суп с замороженным зеленым горошком

- *1 луковица*
- *4 клубня картофеля*
- *1 морковь*

150 г замороженного зеленого горошка
200 г копченой куриной грудки

- *3 яйца*

вода (или бульон)

- *соль*
- *зелень петрушки*

Зеленый горошек разморозить, влагу слить. Лук и морковь помыть, очистить и мелко нарезать. Уложить овощи в чашу мультиварки и обжарить в небольшом количестве масла в режиме «Выпечка» 10 минут.

За это время нарезать картофель кубиками, грудку – порционными кусками. Добавить их к зажарке, туда же всыпать горошек. Залить водой или любым бульоном.

Готовить в режиме «Тушение» в течение 1 часа. За несколько минут до звукового сигнала добавить свежую зелень.

Суп с зеленым горошком подавать с белым хлебом.

Суп из чечевицы и баклажанов

- ***1 баклажан***
- ***100 г чечевицы***
- ***1 зубчик чеснока***
- ***1 помидор***

1 ст. ложка растительного масла

- ***вода***
- ***соль***

свежая зелень (петрушка, укроп)

Очистить баклажаны, нарезать их кубиками. Помидоры ошпарить кипятком и снять с них кожицу, затем нарезать кубиками. Затем уложить их в чашу мультиварки и обжарить на масле в режиме «Выпечка» в течение 5 минут.

Потом добавить хорошо промытую чечевицу, нарезанные баклажаны, залить все кипятком, посолить и варить до готовности в режиме «Тушение» 1 час.

Готовый суп из чечевицы и баклажанов заправить измельченным чесноком и зеленью.

Суп-пюре луковый

- ***2 стебля лука-порея***
  3 луковицы
  1 морковь
  3 клубня картофеля
  60 г сливочного масла
- ***2 л куриного бульона***

Лук-порей и репчатый лук помыть, очистить и мелко нарезать. Положить в чашу мультиварки.

Туда же поместить промытую, очищенную и нарезанную морковь.

Все обжарить по порядку в режиме «Выпечка», каждый овощ в течение 10 минут.

Через полчаса добавить картошку и залить бульоном из курицы так, чтобы он полностью

покрыл овощи. Довести до закипания и установить режим «Тушение» на 30 минут.

Приготовленный суп измельчить в чаше блендера и подать с гренками и чесночным соусом.

Суп а-ля «Минестроне»

- ***1 стакан красной фасоли***
- ***1 луковица***
- ***1 морковь***
- ***1 кочан цветной капусты***
- ***250 г корня сельдерея***
- ***1 стебель лука-порея***

1/2 ч. ложки сушеного тимьяна
100 г сыра пармезан

- ***вода***

100 мл белого сухого вина
оливковое масло для жарки
соус песто

Фасоль замочить на ночь в холодной воде. Положить фасоль в чашу мультиварки, залить водой и готовить в режиме «Тушение» в течение 2 часов.

Пока фасоль тушится сельдерей, морковь, репчатый лук нарезать кусочками.

Затем освободить мультиварку от тушеной фасоли, вымыть чашу. Поместить в нее нарезанные овощи и обжарить их до мягкости в оливковом масле в режиме «Выпечка» в течение 15 минут.

Затем положить лук-порей (только белую часть, предварительно порезанную), тимьян, и все вместе готовить в режиме «Выпечка» 10 минут.

Поместить в чашу мультиварки к обжаренным овощам, тушеную фасоль, разобранную на соцветия цветную капусту.

Готовить в режиме «Тушение» в течение 40 минут. За 15 минут до готовности в суп влить вино.

Подать суп с соусом песто и натертым сыром.

Сырный суп

- ***250 г плавленого сыра***
- ***150 г свежих шампиньонов***
1 луковица
- 3 ***клубня картофеля***
- ***1 морковь***
10 креветок
вода
- ***специи***
- ***соль***

Очищенные морковь и лук мелко нарезать и обжарить на масле в чаше мультиварки в режиме «Выпечка» 15 минут.

Нарезать кубиками картофель и добавить его вместе с креветками и грибами к моркови с луком. Залить кипятком.

Затем добавить в суп нарезанный кубиками плавленый сырок. (Перед нарезкой его можно подержать несколько минут в морозилке). Добавить соль и специи.

Готовить в режиме «Тушение» в течение 1 часа.

Сырный суп перелить в тарелки, хорошо перемешать и подать к столу.

Суп из брюссельской капусты

- ***200 г брюссельской капусты***
- ***1 луковица***
- ***4 клубня картофеля***
- ***200 г говядины***
- ***1 морковь***
- ***2 л воды***
- 3 ***ст. ложки растительного масла***
- ***1 лавровый лист***
- ***соль***
- ***специи***
- ***свежая зелень***

Луковицу очистить и мелко нарезать, морковь помыть, очистить и натереть на крупной терке. Уложить овощи в чашу мультиварки и обжарить в небольшом количестве масла в режиме «Выпечка» 15 минут, помешивая.

Нарезать мясо кубиками и добавить к зажарке и готовить в режиме «Тушение» в течение 30 минут. Периодически помешивать.

Когда время приготовления закончится, положить к мясу, луку и моркови картофель, а также брюссельскую капусту и лавровый лист.

Налить в чашу кипяченую воду, посолить, приправить специями. Закрыть крышку мультиварки и готовить 1 час в режиме «Тушение».

Готовый суп подать к столу, присыпав мелко нарезанной зеленью.

Суп овощной диетический

- ***200 г корня сельдерей***
- ***250 г цветной капусты***
- ***1 морковь***
- ***2 помидора***
- ***1 сладкий перец***
- ***60 г стручковой фасоли***
- ***120 г лука-порея***
- ***2 зубчика чеснока***
- 2 ***ст. ложки оливкового масла***
- ***1 перец чили***
- ***вода***
- ***соль***
- ***свежая зелень (петрушка, укроп)***

Сладкий перец, морковь, помидоры промыть под холодной водой и нарезать кубиками.

Лук-порей помыть и нарезать полукольцами. Цветную капусту разделить на соцветия.

Сельдерей нарезать небольшими кусочками. Чеснок мелко порубить.

Налить в чашу оливковое масло, положить нарезанную морковь. Включить мультиварку в режим «Выпечка» на 25 минут. Жарить морковь примерно 10 минут. Следом добавить лук-порей, жарить 5 минут. Затем в чашу отправить фасоль, цветную капусту, чили, сельдерей, чеснок и жарить в этом же режиме еще 10 минут.

Далее добавить нарезанные помидоры, залить кипятком, посолить по вкусу и готовить суп в режиме «Тушение» в течение 1 часа.

Перед подачей на стол готовый суп посыпать зеленью.

Суп с нутом

500 г нута
1 луковица
2 моркови
100 г корня сельдерея
2 зубчика чеснока
4 клубня картофеля
специи
2 л воды
1 пучок свежей зелени (петрушка, укроп)
1/2 лимона
1 ст. ложка растительного масла
соль

Нут замочить в холодной воде минимум на 1 час.

После того, как бобы увеличатся почти вдвое, отварить их 30–40 минут в соленой воде.

Очистить лук и тонко нашинковать его кольцами. Вымыть морковь и нарезать тонкими пластинами. Сельдерей обработать и нарезать полосками. Очистить картофель, помыть его и нарезать кубиками.

Зубчики чеснока очистить и измельчить. Выжать сок лимона.

Поставить мультиварку в режим «Выпечка» и обжарить лук на растительном масле 10 минут. Добавить чеснок и специи, обжаривать с луком еще минут 5. Добавить к зажарке морковь и сельдерей и оставить еще минут на 10.

Положить в чашу кусочки картофеля, залить все водой (можно использовать бульон) и готовить в режиме «Тушение» в течение 20 минут.

Добавить нут, выжатый сок лимона и мелко нарезанную зелень.

Суп гречневый с яйцом

- ***800 г картофеля***
- ***1 морковь***
- ***1 луковица***

2 яйца

- ***150 г гречневой крупы (ядрицы)***
- ***1/4 стакана растительного масла***
- ***свежая зелень (петрушка, укроп)***

Морковь очистить, промыть и нарезать соломкой. Лук так же очистить, промыть и мелко нарезать кубиками.

Уложить овощи в чашу мультиварки и обжарить в небольшом количестве масла в режиме «Выпечка» в течение 10–15 минут до полуготовности.

Картофель очистить от кожуры, промыть и нарезать соломкой. Гречку перебрать и промыть. Добавить картофель и крупу к зажарке.

Залить водой и готовить в режиме «Плов» до сигнала.

В самом конце, помешивая, тоненькой струей ввести тщательно взбитые яйца.

Добавить нарубленную зелень и специи.

Грибной суп с лапшой

- ***500 г свежих шампиньонов***
- ***1 морковь***
- ***1 луковица***
- ***4 клубня картофеля***
- ***500 г суповой лапши***
- ***черный молотый перец***
- ***вода***
- ***соль***
- ***специи***

Промыть шампиньоны, если необходимо, очистить их. Нарезать дольками (или четвертинками). Выложить в чашу мультиварки и залить водой до верху. Готовить в режиме «Тушение» в течение 40–50 минут.

В это время нарезать лук мелкими кубиками и натереть морковь. Обжарить их на сковороде.

Картофель нарезать кубиками и положить его с зажаркой в грибной бульон, добавить лапшу.

Доварить суп в режиме «Тушение» еще 15–20 минут.
К столу суп подавать со сметаной.

Суп из грибов шиитаке

- ***100 г сушеных шиитаке***
- ***1 клубень картофеля***
- ***1 морковь***
- ***1 луковица***
- ***50 мл тыквенного масла***
- ***соль***

Шиитаке промыть, залить их холодной водой и оставить на несколько часов.

Затем слить воду, промыть и переложить в чашу мультиварки. Залить водой по верхнюю метку и готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Пока грибы варятся, почистить картофель, лук и морковь.

Промыть овощи под холодной водой. Нарезать картофель кубиками, морковь – кружочками, а лук нашинковать и обжарить отдельно на тыквенном масле.

Затем все переложить в чашу мультиварки.

После сигнала суп готов.

К столу суп подавать со сметаной.

Блюда из мяса

Если к вам неожиданно пришли гости, а дома ничего нет, спуститесь в погреб и возьмите баранью ногу.

Е. Молоховец

Мясо, в сущности, всего лишь предлог, чтобы поесть овощей.

А. Мёрдок

С одной стороны, большая часть человечества до сих пор принадлежит к плотоядным, а для русской национальной кухни, вообще, характерен мясной рацион. О том же говорят и цифры: средняя норма потребления мяса среднестатистическим европейцем – 100 кг в год. За всю историю кулинарии создано столько вкуснейших блюд из мяса, что отказываться от этого изобилия просто глупо. Поэтому именно мясные блюда приходится готовить чаще всего.

С другой стороны, стремление к здоровому питанию, заставило многих задуматься о том, как сохранить в мясе все ценное (витаминов группы В, цинка, фосфора, железа и белков) и снизить негативные моменты его употребления (холестерин, пуриновые основания). Приготовление мясных блюд в мультиварке больше всего соответствует выполнению этой задачи. Можно сказать, что это современное автоматическое устройство с множеством функций готовит самое полезное мясо, причем почти без участия повара.

При этом содержание жира в готовом блюде минимально. И для приготовления не нужно использовать дополнительные ингредиенты, которые в процессе готовки меняют свой химический состав и становятся в той или иной степени вредными для организма (например, масло или жир).

Готовят мясо преимущественно на двух режимах: «Выпечка» и «Тушение». Режим «Тушение» позволяет сделать мягким, тающим во рту любое, даже самое жесткое мясо. А режим «Выпечка» делает мясное блюдо немного подсушенным, с поджаристой корочкой. Вареное мясо предназначено для любителей пресных блюд, тушенное порадует своей сочностью, а жареное будет иметь неповторимый, отменный вкус. Что бы вы ни приготовили, результат вас порадует в любом случае.

Для диетического, лечебного, детского питания отлично подойдет режим «Варка на пару»: с его помощью можно готовить, например, паровые котлетки.

Осваивать новые рецепты лучше от простого к сложному. Начните с котлет и запеченного мяса, затем можно поэкспериментировать с рецептами жаркого и тушеного мяса, потом можно переходить и к более сложным, изысканным рецептам.

Мясо в мультиварке получается диетическим и обладает особенно приятным вкусом и ароматом. Вы можете приготовить его как отдельное блюдо, или в сочетании с любой крупой, овощами, специями. Рецептов множество. Какой из них бы вы не выбрали, процесс готовки не займет слишком много времени.

Для мультиварки подходят любые сорта мяса: баранина, свинина, говядина, прекрасно подойдет и четвероногая дичь, ведь даже самое жесткое мясо размягчается при томлении в устройстве. Выбирать мясо стоит только с учетом своих предпочтений в еде.

Чтобы мясо в мультиварке получилось вкусным, сочным и мягким, нужно соблюдать определенные правила при выборе данного продукта:

• старайтесь не покупать старое мясо: оно будет слишком жестким;

• чем старше мясо, тем больше времени необходимо на его приготовление;

• не берите перемороженные, костлявые или жилистые части туши. Они для приготовления в мультиварке абсолютно не подходят, используйте их для супов или фарша.

Говядина отварная под соусом хрен

- ***250 г мяса (мякоти)***
- ***400 г картофеля***
- ***1 морковь***
- ***1 лук-порей***
- ***1 репа***
- ***30 г сельдерея, петрушки или пастернака***
- ***1 лавровый лист***
- ***5 горошин черного перца (или 5 г стручкового красного перца)***
- ***соль***
- ***соус хрен***

Подготовленное и обмытое мясо (огузок, кострец, оковалок, грудинку) целым куском положить в чашу мультиварки, залить водой так, чтобы она только покрывала мясо и варить в режиме «Тушение» 2 часа.

За 30 мин до окончания варки добавить очищенные и нарезанные дольками морковь, репу, белые части лука-порея или дольки репчатого лука, добавить сельдерей, петрушку или пастернак, лавровый лист, перец горошком (или стручковый красный перец) и соль.

Перед подачей на стол мясо нарезать небольшими ломтиками, положить на блюдо с овощами, добавить отварной картофель и залить соусом.

Говяжье филе с грибами и сметаной

- ***1 кг говяжьей вырезки***
- ***2 ст. ложки растительного масла***
- ***1–2 ст. ложки горчицы***
- ***1 ч. ложка муки***
- ***1 ст. ложка сливочного масла***
- ***50 г сушеных белых грибов***
- ***200 г сметаны***
- ***соль***

Обмытое мясо смазать растертой с растительным маслом горчицей и подержать 2 часа в закрытой посуде.

Затем слегка обтереть от лишней горчицы, посыпать солью и мукой, подрумянить со всех сторон в сильно отколерованном жире.

Переложить мясо вместе с жиром, в котором оно жарилось, в чашу мультиварки, подлить бульон из грибов и готовить в режиме «Тушение» в течение 1 часа.

Готовое мясо нарезать широкими ломтями поперек волокон, положить на блюдо, залить соусом.

К мясу можно подать жареный картофель и салат из свежих огурцов. В оставшийся соус из-под мяса положить отваренные и порубленные белые грибы, влить подсоленную сметану, размешанную с мукой и разбавленную оставшимся грибным бульоном. Вскипятить. Этим соусом слегка облить нарезанное мясо.

Оставшийся соус подать отдельно в соуснике.

Говядина по-русски

- ***1 кг говядины***

1 луковица
1 морковь
4–5 зубчиков чеснока
3 ст. ложки муки
сало
соль
специи

Мякоть говядины нарезать порционными кусками, отбить с солью и специями, обвалять в муке и обжарить в мультиварке с обеих сторон в режиме «Выпечка» в течение 40 минут. Пока мясо жарится, нарезать лук полукольцами, морковь и сало (немного) – соломкой, чеснок (не очень мелко).

Когда мясо поджарится, вынуть его из чаши. На дно чаши положить морковь, потом сало, мясо, чеснок, лук (слоями).
Готовить в режиме «Тушение» в течение 1 часа.

Говяжье филе с поджаренной спаржей

- ***400 г говяжьего филе (средняя часть)***
- ***1,5 л бульона***
- ***1 средних размеров клубень картофеля***
- ***500 г зеленой спаржи***

4 ст. ложки растительного масла

- ***1 пучок шнитт-лука***

1 ст. ложка натертого хрена

соль

черный молотый перец

Мясо положить в чашу мультиварки, залить бульоном и варить в режиме «Тушение» 2 часа.

Картофель очистить, вымыть, разрезать на четыре части и положить в мультиварку за 30 минут до окончания тушения.

Пока варится мясо, вымыть спаржу, обсушить, срезать твердые части. На сковороде нагреть масло и жарить спаржу в течение 15–20 минут. Немного посолить.

Лук вымыть, обсушить, нарезать мелкими кольцами. Сваренный картофель вынуть из супа и вилкой размять в пюре. Добавить хрен и развести бульоном до густоты сметаны.

Мясо нарезать и разложить по тарелкам вместе с поджаренной спаржей и соусом. Посыпать нарезанным луком, посолить, поперчить.

Говяжьи ребрышки с соевым соусом и медом

- ***500 г говяжьих ребрышек***
4 ст. ложки соевого соуса
1 ст. ложка меда
оливковое масло
- ***соль***
- ***черный молотый перец***
специи

Размороженные ребрышки положить в целлофановый пакет, посыпать молотым перцем. Отдельно в миске перемешать соевый соус и мед.

Залить соус в пакетик к ребрышкам, завязать, хорошенько перемешать, оставить на 1 час.

В чашу мультиварки налить немного оливкового масла, положить мясо, готовить в режиме

«Выпечка» в течение 40 минут (через 20 минут ребрышки нужно перевернуть).

После этого готовить в режиме «Тушение» в течение 2,5 часов.

Говядина, тушенная в вине

- *1 кг говяжьей вырезки*
- *2 ст. ложки растительного масла*

1 луковица
1 зубчик чеснока
200 г бекона с прослойками жира
2 ст. ложки муки
300 мл сухого красного вина
1 лавровый лист
12 мелких луковиц (целиком)
соль
свежемолотый черный перец
специи для мяса

Срезать лишний жир с вырезки и нарезать ее кубиками размером примерно 2 × 2 см. Разогреть растительное масло в сковороде с толстым дном и хорошо подрумянить мясо со всех сторон. Переложить в чашу мультиварки.

Обжарить лук, чеснок и нарезанный кусочками бекон в течение 2–3 минут. Добавить муку, перемешать, постепенно влить вино и тщательно перемешать до однородности. Довести смесь до кипения, постоянно помешивая, а затем положить приправы и лавровый лист.

Переложить содержимое сковороды в кастрюлю мультиварки и тщательно перемешать. Готовить в режиме «Тушение» в течение 4 часов.

Зразы из говяжьей вырезки с жареным картофелем

- ***1 кг говяжьей вырезки***

500 г сметаны
1 ст. ложка муки
1 ч. ложка горчицы
1 ч. ложка черного молотого перца

- ***соль***
- ***50 г сухих белых грибов***

1 луковица
1 ст. ложка масла

- ***500 г картофеля***

Нарезать вырезку на куски толщиной в 2 пальца и обжарить в масле на сильном огне.

Переложить в чашу мультиварки.

Картофель нарезать толстыми ломтями толщиной в полпальца,

обжарить в масле до образования на нем золотистой корочки. Положить на мясо, залить соусом.

Для приготовления соуса обжарить рубленый лук до золотистого цвета.

Грибы сварить в небольшом количестве воды так, чтобы в конце варки осталась 1 ч. ложка грибного отвара.

Сметану смешать с мукой, посолить, добавить горчицу, перец, жареный лук, нашинкованные вареные грибы, грибной отвар.

Залить этим соусом мясо с картофелем и готовить в режиме «Тушение» 1 час.

Подавать в глубокой посуде.

Мясо с рисом

- ***700–800 г говядины***
- ***1 баночка консервированных*** *грибов*
- ***1 упаковка овощной смеси***
- ***1 стакан риса***
- ***2 1/2 стакана воды***
- ***2–3 ст. ложки сметаны***
- ***соль***
- ***черный молотый перец***
- ***специи***

Мякоть говядины нарезать соломкой, обжарить в мультиварке в режиме «Выпечка» в течение 40 минут.

К мясу добавить баночку консервированных грибов, сметану, соль, перец.

В форме для варки на пару соорудить из фольги чашечку так, чтобы по краям от нее проходил пар. Засыпать 1 стакан промытого риса, овощную смесь, налить воды.

Поставить форму в мультиварку вместе с мясом, готовить в режиме «Тушение» в течение 2 часов.

Тушеное мясо

- ***800 г мяса (телятина или говядина)***
- ***1 средняя луковица***

1 небольшая морковь

50 г сливочного масла

- ***соль***
- ***специи***

Нарезать крупно мясо (на кубики со стороной примерно 4 см), добавить мелко нарезанный лук и морковь, нарезанную небольшими ломтиками по диагонали.

Положить все в чашу мультиварки, обязательно добавить сливочное масло, соль и специи (по вкусу). (Воду не добавлять!) Готовить в режиме «Тушение» в течение 2 часов (если мясо жесткое, можно еще прибавить время).

Запеченное мясо с картофелем

- ***600 г мяса***
- ***2 средних клубня картофеля***
- ***1 луковица***
- ***1 помидор***
- ***2 зубчика чеснока***
- ***тертый сыр***
- ***майонез***
- ***соль***
- ***специи***

Мясо нарезать на кусочки и хорошенько отбить, посолить, поперчить, добавить специи (по вкусу).

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 40 минут (обжарить по 20 минут на каждой стороне).

На мясо положить слоями нарезанный кольцами лук, тонко нарезанные помидор и чеснок.

Слегка посолить, поперчить, сверху положить нарезанный кружками картофель, добавить специи, на самый верх – смесь из майонеза и тертого сыра.

Готовить в режиме «Тушение» в течение 1,5 часов.

Тушеное мясо с картофелем

- ***500 г свинины***
- ***2 моркови***
- 2 ***луковицы***
- ***несколько мелких клубней картофеля***
- ***растительное масло***
- ***соль***
- ***черный молотый перец***
- ***специи***

Нарезанный лук и натертую морковь обжарить в мультиварке в режиме «Выпечка» в течение 40 минут. Через 15 минут добавить нарезанное мясо, обжарить его до конца режима. В конце положить картофель, посолить, поперчить, влить немного воды. Готовить в режиме «Тушение» в течение 1,5 часов.

Запеченная лопатка

- ***1,5 кг мяса (лопаточная часть)***
- ***соль***
- ***черный молотый перец***
- ***горчица***
- ***чеснок***

Мясо промыть, как следует натереть солью, поперчить, нашпиговать чесноком, обмазать горчицей и перцем, закрыть пленкой и отправить в холодильник на сутки.

Затем обжарить в мультиварке в режиме «Выпечка» в течение 20 минут с одной и 20 минут с другой стороны.

Далее готовить в режиме «Тушение» в течение 2 часов. Затем подержать еще 1 час в режиме подогрева.

Готовое мясо остудить, охладить в холодильнике, подавать, нарезав порционно.

Мясо по-царски

- ***500 г говядины (или свинины)***
150 г ветчины
2 ст. ложки смальца
- ***800 г белокочанной капусты***
1 луковица
200 г свежих яблок
- ***100 г помидоров***
- ***соль***
черный молотый перец

Мясо отделить от костей, нарезать порционными кусками, посолить, поперчить.

В чашу мультиварки положить смалец и мясо.

Поверх мяса уложить нарезанную тонкими ломтиками ветчину, соломкой – свежую белокочанную капусту, нашинкованный репчатый лук, очищенные и нарезанные дольками свежие яблоки, помидоры. Влить бульон.

Готовить в режиме «Тушение» 1,5 часа.

Рулет из говядины

- ***1 кг говядины (целый тонкий кусок)***
- ***250 г говяжьего фарша***

1–2 моркови

Мясо отбить деревянным молотком и посолить. Отдельно обжарить фарш с 2 ст. ложками жира. Прибавить вареную морковь, нарезав кубиками, 2 сваренных вкрутую и мелко нарезанных яйца и мелко нарезанную зелень петрушки. Размешать и уложить ровным слоем на подготовленное мясо.

Взять 3 яйца, сваренных вкрутую, очистить и положить на середину фарша. Мясо с фаршем и яйцами свернуть рулетом и зашить ниткой.

Влить в чашу мультиварки немного масла, положить мясо и жарить 15 минут в режиме «Выпечка» с одной стороны. Перевернуть мясо и готовить еще 15 минут в том же режиме.

Затем влить 2 стакана горячей воды и готовить в режиме «Тушение» 1 час.

Затем мясо вынуть из мультиварки и уложить на блюдо, удалить нитки и нарезать острым ножом на одинаковые порционные ломтики.

Рулеты из говядины с чесноком

- ***600 г мягкой говядины***
- ***5 зубчиков чеснока***
- ***125 г сливочного масла***
- ***3 яйца***
- ***75 г молотых сухарей***
- ***1 ст. ложка зелени петрушки***
- ***соль***
- ***черный молотый перец***

Мясо нарезать на куски, отбить, посолить, поперчить и натереть чесноком. На середину каждого куска положить немного сливочного масла, свернуть из них рулетики, обмакнуть в смесь яиц, молока и муки и обвалять в сухарях.

Влить в чашу мультиварки немного масла, включить режим «Выпечка» 1 час.

Положить рулеты и жарить 30 минут с одной стороны. Затем перевернуть мясо и готовить еще 30 минут.

Подавать блюдо с жареным картофелем, посыпав зеленью петрушки.

Рулеты из телятины, начиненные яйцами

- *2 филейных куска телятины*
- *2 кусочка окорока*

2 яйца
2 ст. ложки муки
50 г жира
100 г сметаны

- *250 мл молока*

соль

Куски мяса отбить и посолить, на каждый из них положить по кусочку окорока и вареному яйцу, свернуть рулеты, обвязать ниткой, обвалять в муке, обжарить на сковороде в кипящем жиру до образования золотистой корочки. Затем преложить рулеты в чашу мультиварки, полить сметаной и молоком.

Готовить в режиме «Тушение» 1 час.

Рулеты разрезать вдоль пополам, подать горячими.

Рулет из телячьей грудинки с сосисками и гарниром из разноцветного пюре

- *2 кг телячьей грудинки*
- *8-10 сосисок*
- *100 г сливочного масла*
- *соль*
- *черный молотый перец*

Для гарнира:

400 г моркови

- *500 г картофеля*

500 г свеклы

100 г шпината

- *1,5 л молока*
- *100 г масла*

1 стакан муки

2 ст. ложка сахара

- *соль*
- *уксус*

1 лавровый лист

Из телячьей грудинки вынуть кости, вымыть ее, обсушить в полотенце, посолить с двух сторон, поперчить с одной стороны.

По широкому краю грудинки положить очищенные сосиски в один ряд.

Туго завернуть мясо рулетом, перевязать шпагатом через каждый 4–5 см, обмазать маслом. Положить в чашу мультиварки, подлить 1 стакан воды и готовить в режиме «Тушение» 1 час.

В это время приготовить пюре. Отварную морковь пропустить через мясорубку, добавить соль и сахар по вкусу, посыпать мукой, хорошо размешать и разбавить молоком.

Помешивая, довести до кипения.

Заправить маслом. Очищенный картофель сварить, пропустить через мясорубку, посолить по вкусу, добавить кусок масла, разбавить горячим молоком и, взбивая веселкой, хорошо прогреть.

Свеклу испечь в кожуре, очистить, натереть на крупной терке, добавить соль и сахар по вкусу, посыпать мукой, перемешать с маслом и 1 стаканом сметаны, добавить лавровый лист и, непрерывно помешивая, довести до кипения. Вынуть лавровый лист и заправить по вкусу уксусом.

Шпинат или зеленый салат перебрать, вымыть, сварить до мягкости в открытой эмалированной кастрюле в небольшом количестве воды, откинуть на дуршлаг, дать хорошо стечь воде.

Протереть шпинат через дуршлаг.

Пюре заправить соусом из 1 ст. ложки муки, 1 ст. ложки масла и 1 стакана молока. Посолить по вкусу.

С готового жареного рулета снять веревку, нарезать его толстыми ломтиками и разложить «чешуей» в один ряд на длинном блюде. Вокруг положить «букетики» разноцветного пюре.

Частью сока из-под рулета облить его, остальной сок подать в соуснике.

Рулет из телятины с копченым салом и соленым огурцом

- ***1 кг телячьей грудинки***
  100 г свинины или копченого мяса
- ***100 г шпика***
  100 г масла или маргарина
- ***1 соленый огурец***
  2–3 яйца

Из мяса удалить ребра, грудинку отбить и посолить.

Мясо выложить тонкими полосками, чередуя шпик и свинину, затем покрыть слегка остуженной яичницей-глазуньей, на которой равномерно распределить мелко нарезанный соленый огурец.

Грудинку туго скатать и обвязать ниткой.

Влить в чашу мультиварки немного масла. Включить режим «Выпечка» 30 минут.

Положить мясо и обжарить в течение 15 минут с одной стороны и еще 15 минут с другой.

Затем влить немного воды и готовить в режиме «Тушение» в течение 1 часа.

Маринованная телятина с жареным картофелем

- ***500 г телятины***
- ***1 ч. ложка топленого масла***
- ***60 г шпика***

250 г сметаны

- ***1 ч. ложка муки***

Для маринада:

1 стакан уксуса
2 стакана воды
1 луковица
по 1 шт. моркови, петрушки, сельдерея
3 лавровых листа

- ***10 горошин черного перца***

Вскипятить воду с приправами, охладить и добавить уксус. Телятину, очищенную от пленки, обложить со всех сторон нарезанными овощами и залить маринадом так, чтобы мясо было покрыто им наполовину.

Сверху положить груз, накрыть крышкой и держать в прохладном месте 2 дня, часто переворачивая мясо. Через 2 дня вынуть его из рассола, вытереть досуха, нашпиговать, посолить.

Влить в чашу мультиварки немного масла, положить мясо и запекать 30 минут в режиме «Выпечка» с одной стороны. Перевернуть мясо и готовить еще 30 минут в том же режиме.

Затем подлить в чашу мультиварки немного маринада, положить лук и готовить в режиме «Тушение» 1 час.

Готовое мясо вынуть, нарезать тонкими широкими ломтями, положить в соус, в котором оно тушилось, влить сметану, смешанную с мукой, хорошо прогреть и подать на блюде, залив соусом и обложив картофелем, жаренным соломкой.

Кроме того, можно подать салат из свежих огурцов.

Фаршированная телячья грудинка

- *750 г телячьей грудинки*
- *2 яйца*
- *100 г белого хлеба*
- *немного молока*
- *50 г тертого миндаля*
- *2 ст. ложки сливочного масла*
- *2 ст. ложки мелко нарубленной зелени петрушки*
- *черный молотый перец*
- *соль*
- *мускат*
- *сок 1 лимона*
- *жир для жарения*
- *1 ст. ложка коньяка*
- *1 лимон*
- *листья зеленого салата*
- *панировочные сухари*

Грудинку обмыть, посолить и нижнюю, более широкую часть осторожно срезать с костей так, чтобы получился карман.

Половину количества масла взбить с яйцами, добавить размоченный в молоке белый хлеб, тертый миндаль и мелко нарубленную зелень петрушки. Приправить солью, перцем, мускатным орехом и соком лимона.

При желании массу можно сделать более густой, добавив панировочные сухари, или, наоборот, если нужно, разбавить молоком. Полученной массой наполнить карман, но не заполнять его слишком плотно. Грудинку зашить.

Включить мультиварку в режим «Выпечка», обжарить мясо в масле со всех сторон по 3–4 минуты. Далее готовить в режиме «Тушение» 1,5 часа.

Затем удалить нитки, а жаркому дать некоторое время постоять. Затем разрезать готовое мясо на ломтики и выложить на подогретое блюдо. Украсить крупными дольками лимона и листьями зеленого салата.

В соус, оставшийся от жарения, прибавить немного муки, влить 1 ст. ложку коньяка, прибавить ложечку сливочного масла, немного сливок, приправить по вкусу солью и перцем.
На гарнир подать тушеные в сливочном масле овощи.

Картофельная запеканка с мясом

- ***1 кг картофеля***
- ***600 г фарша из говядины и свинины***
- ***1 луковица***
- ***2 ст. ложки муки***

2 яйца

- ***соль***
- ***черный молотый перец***

Картофель очистить, отварить в подсоленной воде до мягкости, размять в пюре.

В еще горячее пюре добавить яйца, соль, перец и муку, вымешать до однородности.

Мясной фарш и мелко нарезанный лук обжарить в мультиварке в режиме «Выпечка» до готовности (15 минут), добавив соль и черный молотый перец по вкусу.

Переложить обжаренный фарш в миску, чашу мультиварки не мыть.

Выложить на дно чаши половину картофельного пюре, на него – весь фарш, сверху – оставшееся картофельное пюре. Готовить в режиме «Выпечка» 50 минут.

Достать чашу с запеканкой из мультиварки, накрыть сверху плоским блюдом, аккуратно перевернуть чашу с блюдом, чтобы вынуть запеканку.

Нарезать и подавать к столу горячей.

Котлеты паровые

- *1 кг фарша*

1 луковица

2 яйца

вымоченный в молоке белый хлеб

панировочные сухари

соль

специи

Смешать котлетный фарш (мясо, лук, хлеб, яйца), сформировать котлеты, обвалять их в панировочных сухарях.

Положить котлетки в форму для варки на пару.

Готовить в режиме «Варка на пару» в течение 35 минут.

Котлеты на пару с творогом и специями

- ***700 г любого мясного фарша***
  300 г творога
  1 натертая луковица
  по 1/2 ч. ложки мускатного ореха и корицы
- ***перец***

Все хорошенько вымешать, слепить средние круглые котлетки, положить в форму для варки на пару. Готовить в режиме «Варка на пару» в течение 20–25 минут.

Котлеты на пару с овощами

- ***250 г говядины***
- ***250 г свинины***
- ***1 небольшая луковица***
- ***2 зубчика чеснока***
- ***40 г белого хлеба***
- ***1/2 стакана молока***
- ***1 яйцо***
- ***2 моркови***
- ***150 г брокколи***
- ***150 г цветной капусты***
- ***1 л овощного бульона***
- ***соль***
- ***черный молотый перец***

Пропустить мясо через мясорубку. Мелко нарубить лук, чеснок пропустить через пресс. С белого хлеба срезать корки, размочить мякиш в молоке.

В мясной фарш добавить яйцо, размоченный и отжатый хлеб, лук, чеснок, а также соль и черный молотый перец по вкусу.

Сформировать плоские котлеты и выложить их в корзину мультиварки для приготовления на пару.

Морковь нарезать произвольно, брокколи и цветную капусту разобрать на соцветия.

В чашу мультиварки налить овощной бульон, посолить его по вкусу.

Установить корзину для варки на пару с котлетами, готовить в режиме «Варка на пару» в течение 25 минут.

Через 10 минут после начала варки положить в бульон морковь, а еще через 6–7 минут – соцветия брокколи и цветной капусты.

По окончании варки извлечь корзину с котлетами, овощи достать из бульона (бульон можно использовать для приготовления других блюд, например, супа).

Подать котлеты с овощами.

Котлеты с начинкой из цветной капусты с сыром

Для ***котлет:***

500 г мясного фарша

1 яйцо

- ***2 небольших клубня картофеля***
- ***1 луковица***
- ***соль***
- ***черный молотый перец***

Для начинки:

- ***300–400 г цветной капусты***
- ***сыр***
- ***соль*** *перец*

Для соуса:

- ***сметана***
- ***вода***

Цветную капусту отварить и натереть на крупной терке, добавить тертый сыр, соль, перец, перемешать.

Лук и картофель натереть на терке и добавить в фарш. Вымешать все составляющие фарша в однородную массу.

Мокрыми руками сформировать из фарша лепешки, в центр положить начинку, слепить котлеты.

На дно чаши мультиварки положить кусочек топленого сливочного масла, обжарить котлеты с двух сторон и готовить в режиме «Выпечка» в течение 5 минут с каждой стороны, до подрумянивания.

Когда все котлеты будут готовы, сложить их в чашу и залить сметанным соусом (сметану развести водой).

Готовить в режиме «Тушение» в течение 1,5–2 часов.

Тефтели паровые с творогом

- ***1 кг нежирного свиного фарша***

300 г творога

1/2 стакана риса

соль

черный молотый перец

специи

Отварить рис до полуготовности, смешать его с фаршем, творогом и специями, слепить маленькие тефтельки.

Форму для варки на пару выложить фольгой, уложить на нее тефтели, при желании залить на *1/3* соусом (томатным, сметанным).

Готовить в режиме «Варка на пару» в течение 15–20 минут.

Тефтели в сливочносырном соусе

- ***500 г говяжьего фарша***
500 г свиного фарша
белый хлеб, вымоченный в молоке
- ***1 средняя луковица***
2 яйца
соль
1 упаковка сливок
- ***1 пачка плавленого сыра***
специи

Свиной и говяжий фарш перемешать, добавить хлеб, мелко нарубленный лук и яйца и хорошенько вымесить.

Из фарша слепить тефтельки, обжарить их на сливочном масле в режиме «Выпечка» в течение 10 минут.

Перевернуть, залить их сливками на 2/3, положить кусочки плавленого сыра.

Затем готовить в режиме «Тушение» в течение 1 часа.

Ёжики

- ***700 г мясного фарша***
- ***1 луковица***
- ***1 морковь***
- ***1 яйцо***
- ***1/2 стакана риса***
- ***2 ст. ложки томатной пасты***
- ***соль***
- ***черный молотый перец***
- ***специи***

Перемешать мясной фарш, мелко нарезанный лук, натертую морковь, яйцо, сырой рис. Посолить, поперчить и вымесить. Сформировать мясные шарики, сложить их в чашу мультиварки. Смешать томатную пасту с водой, посолить, залить шарики, добавить лавровый лист. Готовить в режиме «Тушение» в течение 2 часов.

Голубцы ленивые

800 г капусты
400 г говядины
2 больших луковицы
- ***1 стакана риса***
- 2 ***1/2 стакана воды***
- ***соль***
- ***черный молотый перец***

Нашинковать капусту, прокрутить мясо через мясорубку, добавить нарезанный обжаренный лук. Все сложить в чашу мультиварки, добавить рис, воду соль и перец, хорошенько перемешать.

Готовить в режиме «Тушение» в течение 1,5 часов.
Подавать со сметаной.

Голубцы с савойской капустой

- ***1 кочан савойской капусты***

1/2 ***стакана риса***

- ***400 г фарша (говядина , свинина)***
- ***1 луковица***
- ***сметана для подачи***
- ***соль***
- ***черный молотый перец***

Для соуса:

1 1/2 стакана воды или бульон

- ***1 морковь***
- ***1 луковица***
- ***1 помидор***

1 ст. ложка томатной пасты

- ***соль***
- ***черный молотый перец***

специи

С кочана капусты аккуратно срезать несколько крупных листьев. Бланшировать их в большой кастрюле с кипящей водой в течение 3–4 минут, достать и оставить остывать.

Соединить предварительно отваренный до полуготовности рис, мясной фарш и мелко нарубленный лук.

Посолить и поперчить, при желании добавить специи для мяса.

Для приготовления соуса влить в чашу мультиварки воду или бульон, добавить натертую морковь, мелко нарезанный лук, нарезанный помидор, томатную пасту и специи.

Готовить в режиме «Тушение» в течение 10 минут. По окончании перелить соус в миску.

Тем временем сделать голубцы. У остывших листьев капуты срезать или отбить толстые прожилки.

Выложить на капустные листья фарш и сформировать голубцы.

Выложить голубцы в чашу мультиварки, чтобы они плотно прилегали друг к другу.

Залить приготовленным соусом. Готовить в режиме «Тушение» 40 минут.

При подаче на стол полить голубцы соусом, в котором они варились.

Отдельно подать сметану в соуснике.

Долма

- ***350 г соленых виноградных листьев***
- ***1/2 стакана риса***
- ***500 г фарша (говядина, свинина или баранина)***
- ***1 луковица***
- ***1 щепотка мускатного ореха***
- ***1/2 ч. ложки сушеной мяты***
- ***1 л говяжьего бульона***
- ***150 г сметаны***
- ***соль***
- ***черный молотый перец***

Виноградные листья промыть в проточной горячей воде, откинуть на дуршлаг, чтобы жидкость стекла.

Рис отварить до полуготовности (около 8 минут), откинуть на дуршлаг, чтобы слить воду. Дать остыть.

Смешать фарш с рисом, мелко нарезанным луком, мускатным орехом, сушеной мятой, солью и свежемолотым черным перцем.

У виноградного листа удалить стебель, выложить в центр немного фарша и завернуть в виде удлиненного рулетика, подвернув края.

Повторить с оставшимися листьями и фаршем.

В чашу мультиварки выложить долму плотно прижимая рулетики один к другому, в несколько слоев. Влить бульон, прикрыть сверху оставшимися (например, поврежденными) виноградными листьями.

Готовить в режиме «Тушение» 1 час.

Долма со щавелем

- ***500 г баранины***
- ***500 г свинины***
- ***1/2 стакана риса***
- ***2 луковицы***
- ***листья щавеля (желательно крупные)***

соль

– черный молотый перец

Из мяса сделать фарш, добавить обжаренный лук, рис, специи, все тщательно перемешать.

Завернуть фарш в листья щавеля (можно и в свекольные листья), плотно уложить в чашу мультиварки, перекладывая также листьями. Сверху положить тарелку, на тарелку – небольшой груз.

Залить голубцы водой до тарелки, подсолить воду, включить режим «Варка на пару».

Когда вода закипит, переключить в режим «Тушение» 1,5 часа.

Фаршированные перцы

- ***6 сладких перцев разных цветов***
- ***2 луковицы***
- 1/2 ***стакана риса***
- ***500 г фарша***

1/2 ч. ложки специй для фарша

1 яйцо

- ***1 бульонный кубик (овощной или говяжий)***
- 2 ***стакана воды***

по 20 г укропа и петрушки

сметана для подачи

- ***соль***
- ***черный молотый перец***

Перец помыть, срезать верхушки, удалить перегородки и семена. Мякоть срезанных крышечек мелко нарезать. Лук мелко нарубить.

Рис отварить до полуготовности, откинуть на дуршлаг, чтобы слить воду. Дать остыть.

Фарш смешать с рисом, половиной рубленого лука, добавить специи, яйцо, посолить по вкусу. Наполнить фаршем подготовленные перцы.

Помидоры мелко нарезать, морковь натереть на крупной терке. Выложить на дно чаши мультиварки помидоры, морковь, нарезанный сладкий перец и оставшийся лук.

Посыпать раскрошенным бульонным кубиком.

Поверх овощей выложить фаршированный перец. Влить воду, закрыть мультиварку и готовить в режиме «Тушение» в течение 1,5 часов.

Фаршированные перцы в томатном соусе

- *6–7 сладких перцев*
500 г мясного фарша
1 луковица
1 небольшая морковь
1/2 стакана риса
- *500 мл томатного сока*
1 стакан воды
зелень
соль
специи

Отварить рис, натереть на терке лук, смешать все с фаршем, посолить.

Нафаршировать этой смесью перцы, положить их в чашу мультиварки, залить томатным соком, добавить воду. Посолить, добавить морковь, нарезанную соломкой, посыпать рубленой зеленью.

Готовить в режиме «Тушение» в течение 2 часов, затем можно еще какое-то время потомить в режиме подогрева.

Баклажаны с фаршем

- ***5 средних баклажанов***
- ***5 помидоров***

300 г мясного фарша

- ***1 луковица***
- ***4 дольки чеснока***
- ***нарезанная зелень (укроп, петрушка)***

соль

- ***специи***

Баклажаны нарезать вдоль, посолить, отжать сок, обжарить по несколько минут на каждой стороне в режиме «Выпечка».

Пока баклажаны жарятся, мелко нарезать помидоры, добавить давленый чеснок, чуть посолить.

Отдельно перемешать фарш с мелко нарезанным луком, посолить, добавить специи (по вкусу).

В чашу мультиварки положить слоями: обжаренные баклажаны, фарш, помидоры, снова баклажаны, фарш и помидоры.

Готовить в режиме «Тушение» в течение 1 часа.

Если баклажаны дали слишком много сока, по окончании режима «Тушение», можно на некоторое время включить режим «Плов», чтобы избавиться от лишней воды и немного подсушить блюдо.

Антрекот по-варшавски

- ***170 г свинины***
- ***1/2 яйца***

30 г пшеничного хлеба
10 г муки
10 г топленого масла
3 г зелени
230 г горошка зеленого консервированного
10 г сливочного масла

Свиную корейку без косточки посолить, поперчить, панировать в муке, обмакнуть в льезон и запанировать в белой панировке (хлеб нарезать мелкими кубиками). Обжарить в большом количестве жира до полуготовности.

Затем переложить мясо в мультиварку, подлить немного воды и готовить в режиме «Тушение» 1 час.

Подавать с зеленым горошком или другим овощным гарниром, политым маслом.

Свинина под шубой

- ***700 г свинины***

4 луковицы
2 небольшие моркови
7–8 клубней картофеля
тертый сыр
зелень
2 ст. ложки меда
30 г корня имбиря
майонез
соль
специи

Свинину нарезать кусками (как на отбивные), посолить и выложить на дно чаши мультиварки. На мясо положить слой репчатого лука, нарезанного кольцами, тонкий слой моркови, немного тертого сыра, майонез. Дальше – слой картошки, нарезанной кружочками (картошку посолить).

Снова слой лука, моркови, тертого сыра и майонеза. Сверху посыпать зеленью.

Развести мед в теплой воде, добавить острую приправу и немного соли, натереть имбирь. Хорошо размешать и залить этим соусом все слои.

Готовить в режиме «Тушение» в течение 3 часов. Если соуса слишком много, доготовить свинину в режиме «Выпечка» в течение 40 минут.

Свинина с шампиньонами

- *700 г свинины*
- *300 г целых маленьких шампиньонов*

1 луковица

100 г сметаны

- *2 ч. ложки томатной пасты или кетчупа*

2 ст. ложки муки

соль

- *специи*

Мясо нарезать крупными кубиками, лук измельчить. Положить мясо и лук в чашу мультиварки и готовить в режиме «Тушение» в течение 2 часов.

Минут через 20 посолить, добавить грибы, перемешать. Через 1 час от начала приготовления залить соусом из сметаны, муки и томатной пасты.

Свинина отварная с тклапи

- ***1 кг свинины***
- ***50 г тклапи (кислый лаваш)***
- ***15 веточек кинзы***
- ***4 дольки чеснока***
- ***соль***

Промытую и нарезанную кусками свинину положить в чашу мультиварки, залить водой так, чтобы она покрыла мясо, и варить в режиме «Тушение» 2 часа.

Вареное мясо вынуть из бульона, слегка посолить и держать в теплом месте.

В бульон добавить кусок тклапи из кислых слив и варить 5 минут.

Протереть через сито и в полученную массу положить истолченные вместе кинзу, соль и чеснок.

Подавать вареное мясо, полив соусом.

Свинина духовая под соусом

- *1 кг свинины*
- *70 мл мадеры*

70 мл уксуса
соль
перец горошком
1 лавровый лист
50 г сливочного масла

- *растительное масло*

Для соуса:
1 стакан чернослива
мякоть 3–4 ломтиков пшеничного хлеба

- *1/2 ч. ложки корицы*

70 мл молока
1 ст. ложка сахара

Мясо разрезать на 8-10 кусков, отбить деревянным молотком, посолить.

Влить в чашу мультиварки немного растительного масла.

Включить режим «Выпечка» 15 минут и слегка обжарить мясо.

Затем добавить 200 мл кипятка, мадеру, уксус, перец, лавровый лист, закрыть крышку и готовить в режиме «Тушение» в течение 1 часа.

Тем временем приготовить соус. Для этого разварить до мягкости чернослив, освободить его от косточек и протереть через сито. Размочить в молоке хлеб и смешать его с черносливом. Добавить молотую корицу и сахарный песок.

Когда свинина будет готова, соком, в котором она тушилась (300–400 мл), разбавить соус и все довести до кипения.

Куски свинины выложить на блюдо, залить соусом, подать с любым овощным гарниром.

Корейка с прованскими травами

- ***800 г свиной корейки***
- ***1 ст. ложка прованских трав***
- ***1 ст. ложка оливкового масла***
- ***50 г сливочного хрена***
- ***соль***
- ***черный молотый перец***

Свиную корейку обсушить с помощью бумажного полотенца, хорошо посолить, со всех сторон обсыпать прованскими травами.

Влить в чашу мультиварки оливковое масло, положить корейку в травах и запекать 30 минут в режиме «Выпечка» с одной стороны. Перевернуть мясо и готовить еще 30 минут в том же режиме.

Готовую корейку остудить и нарезать тонкими ломтиками поперек волокон.

В отдельной посуде подать сливочный хрен.

Гуляш из свинины с овощами

- ***500 г свинины***
- ***2 сладких (красный и желтый) перца***
- ***2 помидора***
- ***2 луковицы***
- ***растительное масло***
- ***2–3 лавровых листа***
- ***70 мл воды***
- ***соль***
- ***черный молотый перец***

Свинину нарезать небольшими кубиками размером примерно 2 × 2 см. Так же нарезать очищенный сладкий перец и помидоры.

Лук нарубить и обжарить на сковороде с растительным маслом до светло-золотистого оттенка. Выложить вместе с маслом в чашу мультиварки.

Положить в чашу мясо, сладкий перец и помидоры, а также лавровый лист, соль и черный молотый перец по вкусу. Влить воду.

Готовить в режиме «Тушение» в течение 1,5 часов.

Свинина с зеленой фасолью в соусе

- ***500 г свинины***

2 ст. ложки оливкового масла
300 г зеленой фасоли
1 стакан сметаны
2 ст. ложки томатной пасты
соль
черный молотый перец

Кусок свинины посолить и поперчить, положить в чашу мультиварки с оливковым маслом и обжарить в режиме «Выпечка» со всех сторон по 4 минуты.

Затем включить режим «Тушение» и готовить 1,5 часа.

Готовую свинину нарезать ломтиками и вернуть в чашу мультиварки.

Положить туда же нарезанную фасоль, добавить сметану и томатную пасту, досолить по вкусу, перемешать.
Готовить в режиме «Тушение» еще 30 минут.

Баранина тушеная в гранатовом соусе

- ***500 г жирной баранины***
- ***50 г курдючного сала***
- ***100 мл гранатового сока***
- ***2 луковицы***
- ***200 мл воды***
- ***1 веточка кинзы***
- ***перец***
- ***соль***

Баранину нарезать небольшими кусочками.

В чашу мультиварки положить сало, мясо, соль перец и готовить в режиме «Выпечка» 40 минут. Затем добавить сок, нашинкованный лук, толченую зелень и перемешать.

Готовить в режиме «Тушение» 1 час.

Мясо выложить на блюдо и залить соусом.

Баранина, тушенная с вином и айвой

- ***500 г баранины***
  400 г айвы
- ***250 мл белого сухого вина***
  50 г курдючного сала
- ***2 луковицы***
- ***зелень (кинза, петрушка)***
  соль

Мясо нарезать мелкими кусочками, обжарить в мультиварке в режиме «Выпечка» в течение 40 минут.

Тем временем очистить айву, удалить сердцевину и нарезать на дольки. Лук и сало пропустить через мясорубку.

Добавить все к мясу, залить вином и готовить в режиме «Тушение» 1,5 часа.

Подавать кушанье, посыпав кинзой или петрушкой.

Баранина с соусом карри

- ***1 кг баранины***
- ***2 луковицы***
- ***1 морковь***

1 стакан томатного сока (можно развести томатную пасту)

- ***1 ст. ложка карри***

растительное масло

- ***соль***

черный молотый перец по вкусу

На дно чаши мультиварки налить немного растительного масла, положить мясо, готовить в режиме «Выпечка» в течение 10 минут.

Затем мясо перевернуть, добавить мелко нарезанный лук и морковь, нарезанную ромбиками и готовить в режиме «Выпечка» в течение 10 минут.

Посолить, смешать сок с карри и перцем, залить этой смесью мясо и готовить в режиме «Тушение» в течение 2–2,5 часов.

Баранина со стручковой фасолью

- ***800 г баранины***
- ***600 г стручковой фасоли***
- ***35 г жира (или бульон)***
- ***зелень (мята, кинза, петрушка)***

специи

- ***соль***

Мясо нарезать на куски весом по 30–35 г, посыпать их солью, перцем и жарить в мультиварке в режиме «Выпечка» 40 минут.

Через 25 минут после начала выпечки добавить мелко нашинкованный лук, очищенные от прожилок мелко нарезанные стручки фасоли.

Затем залить горячей водой (или бульоном) так, чтобы продукты были покрыты и готовить в режиме «Тушение» 1,5 часа.

За 5 минут до окончания тушения заправить кушанье рубленой зеленью, толченым чесноком, черным перцем, солью. После чего выдержать кушанье в режиме подогрева в течение 25–30 минут – для приобретения продуктами аромата и вкуса зелени и специй.

Блюда из птицы

Жизнь – это время, отведенное курице для максимального набора веса.

М. Мамчич

Рискнем предположить, что блюда из домашней птицы предпочитают большинство россиян. Кулинарные пристрастия наших соотечественников уходят своими корнями в далекое прошлое. Испокон веков на крестьянских подворьях держали кур, уток, гусей и индюшек. Да и сегодня вряд ли найдешь «домик в деревне», где нет домашней птицы.

Приготовление блюд из птицы в мультиварке принципиально ничем не отличается от приготовления мясных блюд. Птица также получается ароматной, вкусной и мягкой.

Но поскольку в мясе птиц по сравнению с млекопитающими меньше соединительной ткани (а та, что есть, – более мягкая, нежная и равномерно распределена по всей тушке), следовательно, в нем меньше неполноценных белков – коллагена и эластина. Соответственно больше полноценного. Еще один несомненный плюс – птичий жир имеет сравнительно низкую температуру плавления (36,5 °С), что способствует более легкому и полному усвоению его организмом человека.

Основные режимы – «Выпечка» и «Тушение». Режим «Тушение» размягчает даже самое жесткое мясо, а режим «Выпечка» дает слегка поджаристую корочку.

Для того чтобы приготовить домашнюю птицу в мультиварке целиком, ее придется заправить одним из трех способов: «в кармашек», «в одну нитку» и «в две нитки».

Самым простым способом является заправка тушки «в кармашек». Для этого кожу надрезают на брюшке, сбоку, и в разрезы вправляют ножки; у кур, кроме того, крылышки подвертывают к спинке. Этим способом заправляют гусей и уток, а также кур, предназначенных для варки.

«В одну нитку» («крестом») заправляют в основном дичь – рябчиков, куропаток, тетеревов, глухарей и фазанов. При заправке «в одну нитку» тушку кладут на стол спинкой вниз, придерживая левой рукой, а правой пропускают через окорочка поварскую иглу с ниткой. Затем ее под тушкой возвращают в первоначальное положение, еще раз пропускают под гузку, прижимают ножки к тушке и завязывают на спинке узел.

«В две нитки» заправляют кур, цыплят и индеек, предназначенных для жарки, а также крупную пернатую дичь. При этом способе заправки тушку тоже кладут на спинку и через мягкие части ножек пропускают поварскую иглу с ниткой. После этого, повернув тушку на бок, иглу пропускают сначала через одно крыло, затем – через кожу шеи, которой предварительно закрывают место отреза, и, наконец, через второе крыло. После этого концы нитки стягивают и завязывают узел. Вторую нитку пропускают через мышцы спинки, ближе к гузке, прижимают ножки к тушке и завязывают узел.

Тушку птицы также можно разрубить как с костями, так и без них. В первом варианте сначала отделяют ножки и крылья; для того чтобы облегчить процесс, кости выворачивают из суставов. Затем при помощи специальных ножниц (или ножа) рубят вдоль грудку на 2 части и делят каждую половину на порционные куски. Мясо грудной части, называемое филе, принято срезать с костей. Для этого птицу кладут спинкой на разделочную доску, надрезают кожу вдоль грудки и отделяют ее. Ножки выворачивают из суставов.

С грудной кости мякоть срезают по возможности большим куском, кость-вилку, соединяющую обе половины, тоже перерубают пополам. Таким образом, из одной птицы получается 2 филе. Каждое состоит из 2 разделенных пленкой частей – большого внешнего пучка мышц и меньшего внутреннего, особенно нежного.

Маленькое филе отделяется от большого, из обоих затем удаляются сухожилия и пленки. Из большого филе вынимается кость-вилка. В мякоти большого филе острым ножом делается продолговатый надрез, в который вкладывается маленькое. Полученный таким образом кусок мяса формуется в натуральную птичью котлету.

Куриные рулетики в беконе

- ***2 филе куриной грудки***
- ***1 ст. ложка сметаны***
- ***1/2 ст. ложки майонеза***
- ***1 ч. ложка смеси прованских трав***
- ***70 г твердого сыра***
- ***4 ломтика бекона***
- ***соль***
- ***черный молотый перец***

Каждое филе куриной грудки разрезать с помощью острого ножа вдоль на две части.

Выложить разрезом вверх, накрыть пищевой пленкой и отбить. Посолить и поперчить по вкусу. Смешать сметану с майонезом и прованскими травами. Смазать приготовленной смесью филе с отбитой стороны.

Сыр разрезать на 4 удлиненных брусочка, положить на филе со смазанной стороны и свернуть рулетиком, по возможности подвернув края внутрь, чтобы сыр не вытек при приготовлении.

Обернуть каждый рулетик ломтиком бекона. Выложить в чашу мультиварки и готовить в режиме «Выпечка» 10 минут.
Затем перевернуть каждый рулетик и готовить еще в течение 10 минут.

Чахохбили из курицы

- *1 курица*
- *4–5 средних клубней картофеля*
- *4 помидора*
- 3 *крупных зубчика чеснока*
- *зелень (сельдерей, укроп, петрушка, много кинзы)*
- *соль*
- *черный молотый перец*
- *специи*

Курицу разделать на порционные кусочки. Пожарить ее без масла в режиме «Выпечка» в течение 30–40 минут, в середине режима курицу перевернуть.

Добавить нарезанные четвертинками картошку и помидоры, посолить, добавить приправы по вкусу. Затем готовить в режиме «Тушение» в течение 1,5 часов.

За полчаса до окончания тушения добавить рубленую зелень, а за 15 минут до окончания тушения – измельченный чеснок.

Жаркое под шубой

- ***500 г куриного фарша***
- ***2 яблока***
- ***150 г мягкого сыра***

1 ст. ложка майонеза

- ***соль***

перец

Фарш выложить в чашу мультиварки, ровно распределить по дну, посолить и поперчить. Сверху выложить натертые на крупной терке яблоки. Далее разложить ломики сыра и смазать все майонезом. Готовить в режиме «Выпечка» 40 минут.

Куриные котлеты с помидорами

- *1 кг куриных грудок*
- *1 яйцо*
- *3 помидора*
- *тертый сыр*
- *зелень*
- *панировочные сухари*
- *соль*
- *черный молотый перец*

Сделать фарш из куриных грудок и яйца, добавить соль и перец по вкусу.

Из фарша слепить котлеты, обвалять в панировочных сухарях, на каждую котлетку положить кружок помидора, посыпать сыром и зеленью.

Чашу мультиварки смазать маслом, плотно уложить котлеты и готовить в режиме «Выпечка» в течение 30 минут.

Куриные котлеты

- ***1 кг куриного фарша***
- ***4 яйца***
- ***несколько ломтиков белого хлеба***
- ***300 г тертого сыра***

В фарш вбить яйца, положить предварительно замоченный в воде белый хлеб, сыр, соль и перец. Все хорошо перемешать. Сформовать котлетки, обвалять их в муке и жарить по 5 минут с каждой стороны в режиме «Выпечке» с закрытой крышкой.

Бедрышки куриные в соусе карри с ананасом

- ***5 куриных бедрышек***
- ***2 ст. ложки соуса карри с ананасом***
- ***150 мл сливок***
- ***500 г смеси замороженной моркови и цветной капусты***
- ***1 ст. ложка изюма***
- ***1 ч. ложка соли***

Куриные бедрышки положить в пакет, добавить соус, соль все перемешать.

Затем выложить бедрышки в чашу мультиварки, включить режим «Выпечка» 1 час.

Через 15 минут после начала жарки перевернуть.

Через 30 минут (после начала жарки) еще раз перевернуть и добавить нарезанный соломкой корень имбиря. Через 45 минут добавить сливки и изюм.

За 10 минут до окончания приготовления во вкладку для варки на пару положить замороженные овощи.

Выложить готовые бедрышки и гарнировать овощами.

Сациви

- *1 курица*
  2 средние луковицы
  2 пучка кинзы
- *300 г грецких орехов*
  1/2 стакана воды
  соль
- *специи*

Очищенные орехи пропустить через мясорубку, кинзу и лук мелко нарезать.

Курицу нарезать на порционные кусочки, посолить (не сильно). В чашу мультиварки положить слоями: курицу – лук – орехи – кинзу – курицу – лук – орехи – кинзу.

Залить все водой и готовить в режиме «Тушение» в течение 2 часов.

Подавать можно как в горячем, так и в холодном виде.

Куриное филе с грецкими орехами и сыром

- ***4 филе куриной грудки без кожи и костей***
- ***1/2 стакана грецких орехов, прокаленных на сухой сковороде***
- ***100 г полутвердого сыра***

1 пучок зеленого лука

Куриное филе разрезать пополам вдоль, не прорезая до конца, развернуть. Посолить, приправить специями.

Сыр нарезать мелкими кубиками, лук мелко нашинковать, грецкие орехи порубить (не очень мелко).

Отрезать 4 куска пищевой пленки примерно 30–40 см длиной.

На кусок пленки уложить подготовленное филе.

Сверху выложить начинку из грецких орехов, сыра, лука.

При помощи пленки сформовать рулет, завязать нитками, уложить во вкладку для варки на пару. В чашу мультиварки налить воду.

Включить режим «Варка на пару» 20–25 минут.

Подавать с овощами.

Цыпленок по-охотничьи

- *1 цыпленок*
  1 луковица
  1/2 стакана сушеных грибов
  2 сосиски
- *2 помидора*
  соль
  черный молотый перец
  лавровый лист

Нарезать курицу, лук, предварительно замоченные сушеные грибы, сосиски, помидоры (лучше снять с них кожицу).

Добавить по вкусу соль, перец, лавровый лист.

Сложить все в чашу мультиварки, перемешать.

Готовить в режиме «Тушение» в течение 2 часов.

Жареная курица

- ***1 небольшая курица***
- ***специи***
- ***картофель***
- ***соль***

Тушку натереть специями и солью. Положить в чашу мультиварки и готовить в режиме «Выпечка» 1,5 часа. Через 40 минут перевернуть курицу.

Готовую птицу вынуть из мультиварки, в куриный жир выложить нарезанную кружочками картофель и перемешать. Жарить в режиме «Плов» до сигнала.

Жареная копченая курица

- ***1 небольшая курица***
- ***специи***
- ***жидкий дым***
- ***соль***

Разрезать курицу по грудке или по спинке, распластать, обмазать солью и жидким дымом. Положить в чашу мультиварки кожей вниз.

Включить режим «Выпечка» 1 час.
Через 30 минут после начала готовки перевернуть.

Куриные грудки, фаршированные помидорами и сыром

- ***4 куриные грудки без кожи и костей***
- ***100 г мелких помидоров черри***
- ***100 г сыра***
- ***1 пучок базилика***
- ***соль***
- ***перец***

Куриные грудки разрезать острым ножом вдоль всей поверхности, не дорезая до конца. Раскрыть и расправить в широкий пласт.

Посолить, посыпать специями. Помидоры разрезать пополам или на четыре части, сыр нарезать кубиками, базилик порубить.

На каждое подготовленное филе уложить помидоры, сыр и базилик.

Отрезать 4 куска пищевой пленки, длиной примерно 30 см. Свернуть филе при помощи пленки в плотную «колбаску». Кончики завязать нитками. Если пленка широкая, удобнее связать кончики между собой, тогда «колбаска» получится слегка выгнутой.

Уложить готовые заготовки во вкладку для варки на пару, налить воду в чашу мультиварки до нижней метки.

Готовить в режиме «Варка на пару» 20–25 минут. Подать с томатами и соусом.

Куриная грудка, жаренная с картошкой и луком

- ***600 г филе куриной грудки без кожи***
- ***1 головка репчатого лука***
- ***5 картофелин***

майонез

- ***зеленый лук***

растительное масло

- ***специи***
- ***соль***
- ***перец***

Филе грудки разрезать сначала вдоль, затем на кубики.

В чашу мультиварки налить немного растительного масла и положить нарезанную грудку. Измельчить луковицу, нарезать крупными кубиками картошку, добавить все к курице и перемешать. Включить режим «Выпечка» и готовить 1 час периодически помешивая.

Через 30 минут после начала готовки добавить соль, перец, специи, майонез и перемешать.

Подавать кушанье с нарезанным зеленым луком.

Куриные грудки с грибами

- ***4 куриные грудки***
- ***2 моркови***
- ***3 ст. ложки сметаны***
- ***1 ст. ложка томатной пасты***
- ***300 г шампиньонов***

1/2 стакана воды
соль
перец
зелень по вкусу
маргарин или растительное масло

В режиме «Выпечка» 20 минут обжарить на масле или маргарине лук, морковь и грибы. Посолить, поперчить. Сверху положить нарезанные на кусочки куриные грудки.

Смешать сметану, томатную пасту и воду, добавить соль, специи и зелень. Полить этой смесью куриные грудки.
Готовить в режиме «Тушение» 1–1,5 часа.

Куриные грудки с перепелиными яйцами

- ***4 филе куриной грудки без кожи и костей***
- ***12 вареных перепелиных яиц***
- ***1 мясистый помидор***
- ***3 зубчика чеснока***
- ***1 луковица***
- ***специи (черный перец, орегано)***
- ***соль***

Куриные грудки разрезать вдоль пополам, не прорезая до конца и развернуть.

Для приготовления томатного соуса мелко резаный лук и чеснок обжарить в оливковом масле, прибавить томат, очищенный от кожи и семян. Потушить. Прибавить соль, перец. Выпарить лишнюю влагу.

На кусок пищевой термостойкой пленки или бумаги для выпечки выложить филе, смазать соусом, посыпать сухим орегано или смесью итальянских трав, посолить, положить 3 очищенных от скорлупы перепелиных яйца.

Можно посыпать сыром, тертым на терке или нарезанным кубиками.

Завернуть рулет, так, чтобы края куриного филе обязательно соприкасались.

Концы пленки скрутить и закрепить ниткой.

Положить рулеты во вкладку для варки на пару. В чашу мультиварки налить воду.

Готовить в режиме «Варка на пару» 25 минут.

Куриные крылышки

- ***500 г куриных крылышек***
- ***150 г майонеза***
- ***1 головка репчатого лука***
- ***сливочное масло***
- ***перец***

Крылышки замариновать в майонезе с измельченным луком и перцем.

В чашу мультиварки положить масло и куриные крылышки.

Включить режим «Выпечка» на 30 минут.

В середине приготовления перевернуть содержимое.

Крылышки в пиве

- ***1,3 кг крыльев***
- ***250 мл темного пива***
- ***специи для курицы***

карри

соль

Крылья обсыпала солью и специями для куры, добавила карри. Оставить на 40 минут. Сложить курицу в чашу мультиварки, влить пиво. Включить режим «Выпечка» 1 час.

Куриные ребрышки с овощами

- ***500 г куриных крылышек***
- ***300 г картофеля***
- ***1 сладкий перец***
- ***1 помидор***
- ***1 большая луковица***

2 зубчика чеснока

1 ст. ложка растительного *масла*

- ***перец***

соль

Очищенный картофель, перец, помидор и лук нарезать крупными кубиками. Чеснок измельчить.

В большую миску положить крылышки, овощи, соль, перец и все и перемешать.

В чашу мультиварки влить масло, выложить содержимое миски и влить 100 мл воды.

Готовить в режиме «Выпечка» на 30 минут.

Куриное филе в сырно-томатном соусе

- ***2 филе куриных грудок***
- 2 ***луковицы***
- ***200 г плавленого сыра***
- ***100 г кетчупа***
- ***растительное масло***
- 2 ***ст. ложки сушеного базилика***
- ***соль***
- ***перец***

Мелко нарезать лук, включить режим «Выпечка» 20 минут. В чашу мультиварки налить масло, положить лук и закрыть крышку. Нарезать филе кусочками, добавить к луку и перемешать. После сигнала в чашу добавить кетчуп, сыр, базилик, соль, перец и перемешать. Готовить в режиме «Тушение» 1 час.

Куриное филе в сметанном соусе

- ***3 большие луковицы***

3 куриные грудки без шкурки

200 мл сметаны

- ***специи для курицы***

Нарезать лук, включить «Выпечка» 20 минут. Лук положить в чашу мультиварки и закрыть крышку.

Нарезать курицу и выложить к луку, добавить соль, специи и перемешать. Закрыть крышку.

После сигнала влить кипяток, примерно на 5 см выше уровня курицы, добавить сметану, перемешать и готовить в режиме «Тушение» 1 час.

Куриное филе с красной фасолью томатами и луком

- ***6 филе куриных грудок***

3 головки репчатого лука

250 г консервированной красной фасоли в собственном соку

- ***10 помидоров черри***

соль

специи

- ***растительное масло***

Куриное филе нарезать брусочками, лук нашинковать полукольцами, томаты разрезать пополам или на 4 части.

Обжарить в масле курицу с луком в режиме «Выпечка» в течение 20 минут, посолить, приправить специями.

Из банки с фасолью слить жидкость, добавить фасоль к мясу с луком и перемешать.

Сверху выложить томаты.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 25 минут с закрытой крышкой.

Куриные голени в розмариновом масле с чесноком

- ***10 куриных голеней***
- ***1 ст. ложка свежего*** *розмарина*
  2 зубчика мелко нарубленного чеснока
- ***1 ч. ложка тертой лимонной цедры***
  сок 1/2 лимона
- ***80 мл оливкового масла***
- ***6 картофелин, разрезанных на 4 части***
- ***соль***
- ***специи по вкусу***

В миску налить оливковое масло, положить мелко нарубленную зелень розмарина и чеснок, цедру и сок половины лимона, добавить соль, специи и курицу.

Мариновать мясо в течение 20–30 минут.

Включить режим «Выпечка» 20 минут и обжарить куриные голени в два приема.

Пока обжаривается курица в оставшемся маринаде замочить картофель.

После сигнала добавить картофель к курице, перемешать и довести до готовности в режиме «Выпечка» 40 минут.

Куриные голени в лаймово-соевом маринаде

- ***6 куриных голеней***
- ***сок и цедра 1/2 лайма***
- ***3 ст. ложки соевого соуса***

черный молотый перец

2 ст. ложки семян кунжута

Натереть цедру половинки лайма на мелкой терке, выжать сок, добавить соевый соус и свежемолотый черный перец. Голени замариновать в течение 15–20 минут. Обжарить в режиме «Выпечка» 20 минут.

Влить оставшийся маринад и перевести на режим «Тушение» 1 час.

Готовую курятину посыпать прокаленным на сухой сковороде кунжутом.

Подавать к столу со свежими овощами.

Куриные голени в томатном соусе с овощами

- ***10 куриных голеней***
- ***2 крупные головки репчатого лука***
- ***2 моркови***
- ***150 г кетчупа***
- ***специи***

Голени натереть карри с солью, обжарить в растительном масле на сковороде.

Овощи крупно нашинковать и тоже обжарить.

Выложить все в чашу мультиварки, залить соусом (если соус густой развести водой, но жидкости должно быть не больше стакана). Готовить в режиме «Тушение» 1,5 часа.

Куриные бедрышки с рисом

- *5 куриных бедрышек*
1 луковица
1 морковь
2,5 стакана риса
- *1 л воды*
соль
специи

Включить режим «Выпечка» 20 минут. Курицу слегка посолить, приправить, обжарить с одной стороны (кожицей вверх) вместе с луком и морковью.

Перевернуть курицу корочкой вниз, добавить рис, воду и специи. Слегка перемешать рис с овощами.
Включить режим «Плов» и готовить до сигнала.

Курица карри с соевым соусом и лимоном

- ***1 курица***
  соус карри
  соевый соус
  1/2 лимона (лайма)
- ***растительное масло***

Замариновать курицу в смеси соевого соуса, карри и дольками лимона на 2 часа.

В чашу мультиварки влить немного масла и выложить курицу кожей вниз. Включить режим «Выпечка» 1 час.
Через 30 минут перевернуть и готовить до сигнала.

Курица в клюквенном соусе с фасолью

- *1 курица*
- *4–5 небольших луковиц*
- *2 моркови*
- *70 г корня сельдерея*
- 2 *ст. ложки оливкового масла*

100 г клюквы
1 ст. ложка томатной пасты
1 головка чеснока
500 г вареной фасоли
молотый можжевельник
лук
соль
перец по вкусу

Лук мелко нарезать. Морковь и сельдерей натереть на крупной терке. На дно чаши мультиварки налить оливковое масло, засыпать лук и коренья.

Включить режим «Выпечка» 40 минут. Через 20 минут открыть крышку и перемешать, примерно через 10 минут перемешать еще раз.

Тем временем курицу порубить на крупные кусочки и обжарить на сковородке до румяной корочки.

Выложить содержимое сковородки в мультиварку, поставить режим «Тушение» 1 час.

Тем временем в блендере измельчить клюкву с томатной пастой и чесноком.

Добавить соль, красный перец и чуть-чуть молотого можжевельника.

Влить соус в мультиварку и поставить режим «Тушение» еще на 1 час.

Подавать кушанье с отваренной фасолью.

Тушеные куриные потрошки

- ***1 кг куриных потрошков***
500 г лука
500 г моркови
250 г сметаны
- ***1 стакан воды***
- ***50 г сливочного масла***
- ***соль***
- ***черный молотый перец***
- ***специи***

Положить в чашу мультиварки кусочек сливочного масла, готовить в режиме «Выпечка» в течение 40 минут. Обжарить лук (полукольцами), морковь (натертую на крупной терке).

Через 15 минут после начала режима добавить потрошки, соль, перец по вкусу.

Затем готовить в режиме «Тушение» в течение 1 часа, добавить сметану с водой (чтобы подливы было побольше, можно и без воды).

Куриная печень в сливочном соусе

- ***1 луковица***
- ***30 г сливочного масла***
- ***600 г куриной печени***
- ***1 стакан сливок***
- ***1/2 ч. ложки куркумы***
- ***3–4 веточки тимьяна***
- ***соль***

Лук очистить и мелко нарубить, выложить в чашу мультиварки с растопленным сливочным маслом.

Положить куриную печень и включить режим «Выпечка» на 40 минут.

Обжаривать печень с луком, изредка открывая крышку и помешивая.

После сигнала об окончании режима добавить в чашу мультиварки сливки, куркуму, соль по вкусу, листочки тимьяна.

Закрыть мультиварку, готовить печень в соусе в режиме «Тушение» в течение 1 часа.

К столу подать печень теплой, с соусом, в котором она готовилась.

Куриная печень в молоке

- ***500 г куриной печени***
- ***2 луковицы***
- ***1 стакан молока***
- ***50 г сливочного масла***
- ***соль***
- ***перец горошком***
- ***специи***

Куриную печень замочить в молоке. Мелко нарезанный лук обжарить в мультиварке со сливочным маслом до прозрачности в режиме «Выпечка» в течение 10 минут. Положить печень в чашу к луку, залить молоком, посолить, добавить перец горошком, готовить в режиме «Тушение» в течение 1 часа.

Куриная печень с грибами в меде и сметане

- ***800 г охлажденной куриной печени***
- ***300 г лука***
- ***300 г моркови***
- ***200 г грибов***
- ***250 г сметаны***
- ***50 г сливочного масла***
- ***1 ст. ложка меда***

соль

– черный молотый перец

молотый мускатный орех

Положить в чашу мультиварки сливочное масло. Включить режим «Выпечка» 50 минут.

Закладывать в чашу последовательно по мере нарезания: лук (полукольцами), морковь (тертую на крупной терке), грибы (пластинками).

Через 15 минут после начала режима добавить промытую печень, мед, перец, соль, мускатный орех и сметану.
Перемешать и оставить жариться до конца режима.

Жаркое из индейки

- ***800 г филе индейки***
- ***3 головки репчатого лука***

3 кислых яблока

- ***150 мл соевого соуса***
- ***3 зубчика чеснока***
- ***3 ст. ложки растительного*** *масла*
- ***1 ст. ложка сахара***

4 лавровых листа

- ***перец по вкусу***

Мясо нарезать на кусочки толщиной 1 см, добавить лук нарезанный полукольцами, мелко нарезанный чеснок, лавровый лист.

Заправить соевым соусом, растительным маслом, сахаром и перцем. Отставить на 10 минут для маринования.

Яблоки, очищенные от семечек, разрезать на 8 долек.

Мясо выложить в чашу мультиварку, сверху равномерно разложить яблоки.

Включить режим «Выпечка» 65 минут. Через 30 минут с начала готовки перемешать.

Выложить жаркое на блюдо и подать к столу.

Грудка индейки с сыром

- ***2 грудки индейки***
- ***150 г сыра***
- ***сухарики из белого хлеба***
- ***сливочное масло***

Грудки индейки хорошо отбить до толщины 0,3 см, положить сыр, кусочек сливочного масла.

Сформовать котлеты и обвалять их в сухарях.

Выложить в чашу мультиварки и готовить в режиме «Выпечка» 10 минут. Затем перевернуть и готовить еще 10 минут.

Жареные медальоны из индейки

- ***1 филе индейки***
- ***специи***
- ***растительное масло***

Филе нарезать поперек ломтиками в 1 см. Мясо посолить и посыпать специями.

В чашу мультиварки влить масло выложить медальоны и жарить в режиме «Выпечка» в течение 40 минут.

Через 20 минут после начала приготовления перевернуть медальоны.

Индейка под сметанногорчичным соусом

- ***350–400 г филе индейки***
- ***1/2 банки кукурузы***
- ***1/2 красного сладкого перца***

200 г сметаны
1 ст. ложка горчицы
оливковое масло
майоран

В чашу мультиварки влить оливковое масло.

Индейку нарезать на кубики примерно 2 × 2 см и выложить в мультиварку.

Жарить в режиме «Выпечка» 20 минут. Посолить, поперчить, добавить небольшую щепотку майорана.

В посуде смешать сметану, горчицу, карри и слегка посолить.

Перец нарезать мелкими кубиками и добавить вместе с кукурузой к индейке.

Залить соусом, посыпать зеленью и готовить в режиме «Тушение» 30 минут.

Подавать на стол с жареным картофелем.

Филе индейки с рисом и чечевицей

- ***300 г филе индейки***
- ***1 головка репчатого лука***

100 г тертой замороженной моркови
100 г замороженной брокколи
150 г риса
100 г зеленой чечевицы
хмели-сунели

- ***1 ст. ложка растительного масла***
- ***соль***

В чашу мультиварки налить растительное масло, положить нарезанную луковицу и филе индейки, нарезанное кубиками и закрыть крышку.

Включить режим «Выпечка» 20 минут.

Затем перемешать, добавить морковь, брокколи, рис, чечевицу, хмели-сунели и соль.

Влить 2 стакана воды и готовить в режиме «Плов» до сигнала.

Рулеты из индейки с овощами

- ***500 г филе индейки***
- ***150 г спаржи***
- ***1 морковь***
- ***1 головка репчатого лука***
- ***3 зубчика чеснока***
- ***сметана***
- ***соевый соус***

Филе индейки нарезать на порционные куски, отбить, посолить, поперчить.

На каждый кусок положить спаржу, морковь, нарезанную соломкой и полукольца лука.

Свернуть рулетиком, заколов зубочисткой, уложить в чашу мультиварки, залить сметаной с чесноком и соевым соусом.
Готовить в режиме «Тушение» в течение 2 часов.

Индейка с клюквой и сыром

- ***500 г филе индейки***
- ***100 г клюквы***
- ***150 г сыра***
- ***соль***
- ***сахар***

Филе индейки слегка посолить, положить на дно чаши мультиварки. Клюкву перетереть в блендере, посыпать сахаром, перемешать с тертым сыром.

Выложить эту смесь сверху индейки и готовить в режиме «Тушение» 1,5 часа.

Рагу из гуся

- ***1 гусь***
- ***600–700 г картофеля***

1 морковь

- ***1 корень петрушки***
- ***1 головка репчатого лука***

1 ст. ложка муки

- ***1/2 стакана томатной пасты***
- ***специи по вкусу***

Гуся выпотрошить и тщательно промыть.

Нарубить небольшими кусочками с косточкой и посолить.

На сковороде разогреть жир, снятый с тушки, выложить на нее кусочки гуся и подрумянить, после чего посыпать мукой и продолжать жарение еще несколько минут.

Нарезать дольками картофель, ломтиками – морковь и корень петрушки, мелко нашинковать репчатый лук и петрушку.

Слегка обжарить в жиру, в котором жарился гусь. Картофель поджарить отдельно.

Сложить птицу в чашу мультиварки влить немного горячей воды.

Закрыть крышкой и готовить в режиме «Тушение» 1,5 часа.

Через 30 минут после начала тушения добавить овощи, лавровый лист, перец горошком, томатную пасту.

Перед подачей на стол удалить лавровый лист, а рагу выложить на блюдо вместе с соусом и овощами.

Перед подачей на стол посыпать кушанье измельченной зеленью петрушки.

Блюда из рыбы и морепродуктов

Жареная рыбка,
Дорогой карась,
Где ж ваша улыбка,
Что была вчерась?
……
Злые люди взяли
Рыбку из сетей,
На плиту послали
Просто, без затей…

Н. Олейников

«Рыба на столе – здоровье в доме», – говорят диетологи. Рыба по легкости и быстроте усвоения организмом в два раза превосходит мясо. Она меньше мяса содержит так называемых пуриновых оснований, то есть соединений, из которых образуется мочевая кислота.

Многие кулинары признают, что вкусовые достоинства мяса рыбы и его консистенция после тепловой обработки во многом зависят от содержания и характера распределения в нем жира. В отличие от прочих жиров он легко усваивается организмом. И еще одна важная особенность: в его составе около 75 % ненасыщенных жирных кислот, обладающих высокой биологической активностью. (Это более чем вдвое превышает ненасыщенность даже растительных масел, не говоря уже о твердых жирах.)

Следует напомнить, что наиболее важные – линолевая, линоленовая и арахидоновая – не синтезируются в человеческом организме и отнесены диетологами к незаменимым факторам питания.

И еще одна весьма важная функция рыбьего жира: он представляет собой источник жирорастворимых витаминов А, О и Е, содержание которых в других продуктах минимально.

Вывод можно сделать только один. Чтобы сохранить хорошее здоровье, работоспособность и дожить до глубокой старости без болезней, нужно включать в свое меню рыбу.

Желательно чаще использовать в питании не только рыбу, но и другие морские продукты: морскую капусту, устриц, мидий, гребешков, кальмаров, трепангов. Они содержат полноценные белки, некоторые витамины и богатый набор микроэлементов.

Рыбные блюда в мультиварке получаются особенно вкусными и нежными. С помощью режима «Варка на пару» можно приготовить прекрасное диетическое блюдо, необходимое для детского питания – рыбу на пару. А режимы «Выпечка» и «Тушение» позволят экспериментировать с самыми сложными рецептами!

Для того чтобы подготовить рыбу в мультиварке целиком, ее придется подвергнуть первичной обработке.

У большинства видов рыб есть чешуя, которую необходимо удалить, за исключением тех случаев, когда вы готовите рыбное филе. Обычно рыбу продают уже очищенной от чешуи и выпотрошенной, но при необходимости нужно уметь сделать это самостоятельно.

Если отрезать хвост, вся тушка приобретает аккуратный вид.

Если нужно готовить рыбу целиком, не следует трогать плавники, можно просто обрезать их вплотную к туловищу.

Рыбу округлой формы и большую плоскую рыбу, такую, как палтус, часто готовят в виде отдельных кусков или котлет.

Куски для приготовления нарезают из хвостовой части рыбы, а котлеты – из середины туловища. Обычно получаются куски толщиной около 2,5–4 см.

Рыба в основном отличается нежной структурой, имеет мало соединительной ткани, поэтому продолжительность ее тепловой обработки невелика и зависит от размеров порционных кусков. Длительная процедура увеличивает потери пищевых веществ и ухудшает вкусовые качества изделий из рыбы.

Семга паровая

- *3 стейка семги*
  1 лимон
- *укроп*
  соль
  – черный молотый перец
  специи

В чашу для варки на пару положить стейки семги, посолить, поперчить, добавить ломтики лимона и веточки укропа. В чашу мультиварки налить воду до нижней отметки и готовить в режиме «Варка на пару» в течение 10 минут.

Семга с имбирным рисом

- ***2 луковицы***
- ***2 моркови***
- ***400 г филе семги***
- ***250 г риса***
- ***1/2 лимона***
- ***куркума***
- ***свежий имбирь***
- ***красный острый перец***
- 3 ***зубчика чеснока***
- ***оливковое масло***

Нарезать лук кольцами. Включить режим «Выпечка» 40 минут.

В чашу влить оливковое масло, всыпать лук и закрыть крышку. Натереть морковь, нарезать чеснок поперек зубчиков на тонкие дольки, добавить к луку и перемешать. Филе выложить на овощи, сверху положить кусочки лимона, тертый имбирь. Посыпать солью, куркумой и красным молотым перцем.

После сигнала добавить рис и 250 мл кипятка, перемешать. Включить режим «Плов». Готовое кушанье выложить на блюдо и подать к столу.

Семга в томатном соусе

- ***600 г филе семги***
- ***200 г томатного соуса***
- ***2 дольки лимона***
- ***2 ст. ложки растительного масла***
- ***укроп***

В чашу мультиварки налить масло и выложить филе. Жарить в режиме «Выпечка» 40 минут. Через 20 минут после начала перевернуть рыбу.

Затем налить в чашу 80 мл воды, добавить томатный соус.

На рыбу положить кружочки лимона и немного надавить на них.

Готовить в режиме «Тушение» 1 час. После сигнала аккуратно выложить рыбу и посыпать измельченной зеленью.

Тушеный лосось

- 3 ***стейка лосося (или форели)***
- ***соль***
- ***черный молотый перец***

Стейки посолить, поперчить, выложить в чашу мультиварки, залить кипятком на треть. Готовить в режиме «Варка на пару» в течение 10 минут.

Горбуша в молоке

- ***1 горбуша***
- ***1 луковица***
- ***1 морковь***
- ***1/2 стакана молока***
- ***1/2 стакана жирных сливок***

мука

- ***соль***
- ***специи***

Горбушу почистить, нарезать порционными кусками, обвалять в муке и обжарить в мультиварке в режиме «Выпечка» 30 минут.

Рыбу вынуть и обжарить в мультиварке мелко нарезанные морковь и лук в режиме «Выпечка» в течение 20 минут.

Поверх овощей выложить рыбу, залить смесью молока и сливок так, чтобы рыба была покрыта целиком.
Добавить специи и готовить в режиме «Тушение» 1 час.

Форель в сливках

- ***3 стейка форели***
- ***шампиньоны***
- ***сливки***
- ***соль***
- ***черный молотый перец***
- ***специи***

Стейки форели посолить, поперчить, положить в чашу мультиварки. На свободные участки дна положить целые шампиньоны, залить нежирными сливками на пол-высоты кусков форели. Готовить в режиме «Выпечка» в течение 30 минут.

Форель с картофелем

2 стейка форели
1 лимон
300 г картофеля
соль
черный молотый перец

Форель посолить, поперчить, сбрызнуть соком лимона, положить в чашу мультиварки и готовить в режиме «Выпечка» в течение 40 минут (без масла). Через 20 минут рыбу перевернуть. Готовую рыбу выложить на тарелку, а в мультиварке приготовить картофель в режиме «Плов» до сигнала.

Треска по-польски

- *600 г филе трески (или судака)*
- *1 луковица*

1 морковь
4 яйца
3 лавровых листа

- *5–6 горошин черного перца*

120 г сливочного масла

- *4–5 веточек петрушки*

1/4 лимона
соль

Филе трески разрезать на порционные куски. Лук и морковь очистить, крупно нарезать. Яйца сварить вкрутую, остудить, очистить.

Поместить в чашу мультиварки морковь, лук, лавровый лист, перец горошком, залить водой и посолить.

Готовить в режиме «Тушение» 15 минут.

Положить в приготовленный бульон куски трески и готовить в том же режиме 15 минут. Отварную рыбу переложить в миску. Отлить часть бульона для соуса, остальное не пригодится.

Приготовить соус. Растопить в ковшике сливочное масло, добавить мелко нарубленные яйца, мелко нарезанные листочки петрушки и соль по вкусу.

Влить 3–4 ст. ложки рыбного бульона, выжать из лимона сок, перемешать.

При подаче полить рыбу горячим яичным соусом.

Рыбные фрикадельки

- ***400 г рыбного фарша***
  400 г замороженных овощей
  (смесь по вкусу)
  200 мл сливок
  2 ст. ложки растительного масла
- ***соль***
- ***специи***

Замороженные овощи посолить и обжарить в мультиварке в режиме «Выпечка» в течение 20 минут, время от времени, помешивая, до полной разморозки.

В это время из рыбного фарша слепить фрикадельки, положить их поверх овощей, залить все сливками, и готовить в режиме «Тушение» в течение 30–40 минут. В конце приготовления аккуратно перевернуть фрикадельки и потомить их еще 20 минут в режиме подогрева.

Подавать рыбные фрикадельки, сбрызнув лимонным соком.

Рыба на пару с рисом

- ***300 г филе морской рыбы***
- ***1 помидор***
- ***1/2 луковицы***
- ***50 г твердого сыра***
- ***50 г сметаны***
- ***50 г майонеза***
- ***1 стакан воды***

1/2 стакана риса

- ***соль***
- ***черный молотый перец***

Взять филе морской рыбы типа горбуши или трески, нарезать на порционные куски. Помидор нарезать тонкими ломтиками, лук – полукольцами. Сыр натереть.

Уложить рыбу в корзинку для варки на пару, сверху выложить по ломтику помидора и лук. Посолить и поперчить по вкусу. Смешать сметану и майонез, покрыть этим соусом каждый кусочек рыбы. Сверху посыпать натертым сыром.

Влить в чашу мультиварки воду подсолить, положить рис и готовить в режиме «Варка на пару» 30 минут. Через 15 минут после начала варки поместить в мультиварку корзинку с рыбой и продолжать готовить все вместе.

Аккуратно с помощью лопатки переложить рыбу на тарелки и дополнить отварным рисом.

Рыба под маринадом

- ***600 г филе белой рыбы (судак или треска)***

3 большие луковицы

3 моркови

1 стакан кетчупа (томатной пасты или измельченных томатов)

- ***соль***

сахар

черный молотый перец

лавровый лист

Морковь и лук нарезать, смешать с кетчупом, посолить, разделить массу поровну.

На дно чаши мультиварки положить лавровый лист, перец горошком, выложить половину смеси, на нее – рыбу, закрыть все другой половиной смеси.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 30 минут.

Морская рыба с овощами и сметаной

- *1 луковица*
- *2 моркови*
- *300 г филе морской рыбы*
- *150 г сладкого перца разных цветов*

1/2 ч. ложки приправы

3 ст. ложки растительного масла

для рыбы

- *150 г сметаны*
- *30 г маслин без косточек*
- *соль*

На дно чаши мультиварки налить растительное масло, выложить нарезанный тонкими полукольцами лук и натертую на крупной терке морковь.

Поверх моркови уложить разрезанное на небольшие ломтики рыбное филе.

Сверху посыпать оставшейся тертой морковью и нарезанным тонкими полосками сладким перцем.

Присыпать овощи с рыбой приправой, посолить по вкусу, залить сметаной.

Готовить в режиме «Выпечка» 40 минут.

За 5 минут до готовности всыпать маслины. Перемешать и подавать к столу.

Рыба с сыром под маринадом

- ***500 г филе белой рыбы***
- ***2 луковицы***
- ***1 средняя морковь***
- ***1 лимон***
- ***50–60 г сыра***
- ***соль***
- ***черный молотый перец***
- ***специи***

Лук и морковь натереть и обжарить в мультиварке в режиме «Выпечка» в течение 20 минут. На дно чаши налить 1 ст. ложку подсолнечного масла, положить кусочки рыбы, посолить, поперчить, полить лимонным соком, посыпать тертым сыром. Сверху положить зажаренные лук и морковь, готовить в режиме «Выпечка» в течение 20 минут.

Карп, фаршированный зеленью и луком

- *1 карп*
- *2 ст. ложки майонеза*
- *1 средняя луковица,*
- *зеленый лук*
- *3 веточки петрушки*

2 веточки укропа
лимонный сок

Карпа очистить от чешуи и выпотрошить. Натереть солью, смазать майонезом и сбрызнуть соком лимона.

В брюшко рыбы положить зелень и мелко нарезанный лук (зелень, можно рубленную, а можно и веточками).

Чашу мультиварки смазать оливковым маслом и выложить рыбу, разрезанную пополам.

Готовить в режиме «Выпечка» 40 минут. Через 20 минут рыбу аккуратно перевернуть.

Гуляш из щуки

- *1 кг щучьего филе*

200 мл растительного масла

150 г мелкорубленой зелени петрушки, укропа, кинзы, базилика

3 луковицы

2 ст. ложки томатной пасты

1 лимон

- *2 сладких перца*

соль

Рыбное филе нарезать небольшими кусочками, слегка посолить, поперчить и сбрызнуть лимонным соком, выжатым из половины лимона. Нарезанный кольцами лук, перец и оставшийся лимон смешать с половиной зелени и обжарить в мультиварке в режиме «Выпечка» 10 минут, иногда помешивая. Затем добавить томатную пасту, рыбное филе, все перемешать и поставить в режим «Тушение» на 1 час.

Запеканка с рыбой и картофелем

- ***500 г филе телапии***
  5 средних картофелин
  100 мл оливкового масла
  50 г сыра
  1 небольшой пучка укропа
  2 зубчика чеснока
  соль
  перец по вкусу

Мелко нарезать чеснок, укроп, влить 75 мл оливкового масла и перемешать. Картофель нарезать круглыми дольками.

В чашу мультиварки налить оставшееся масло, выложить часть укропа с чесноком и слой картошки.

Посолить, поперчить, полить частью маслом с зеленью, посыпать тертым сыром. Затем выложить слой рыбы, посолить, поперчить и еще раз полить маслом с зеленью.

На рыбу положить оставшийся картофель, посолить, поперчить, полить оставшимся маслом, посыпать тертым сыром.

Готовить в режиме «Выпечка»
1,5 часа.

Запеканка из сельди с картофелем

- ***2 соленые сельди***
- ***1 стакан молока***
- ***4 луковицы***
- ***30 г сливочного масла***
- ***8 клубней картофеля***

2 яйца

- ***20 г укропа***
- ***4 ст. ложки сметаны***

Сельдь почистить, выпотрошить, удалить голову, филе снять с кости, вымочить в молоке (около 1 часа), затем отжать и мелко нарубить.

Лук нарезать тонкими полукольцами и обжарить на сливочном масле до золотистого оттенка. Картофель почистить и нарезать соломкой.

Чашу мультиварки смазать маслом и уложить в нее слоями картофель и сельдь (верхний и нижний слои – картофельные), каждый слой смазывая взбитым яйцом, равномерно посыпая обжаренным луком и мелко нарезанным укропом.

Верхний слой картофеля хорошо смазать яйцом и залить сметаной.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Если запеканка в центре не готова, аккуратно перевернуть ее и выпекать еще 10–15 минут.

Креветки с яблочным чатни

- ***300 г тигровых креветок***
- ***2 зубчика чеснока***
- ***50 мл оливкового масла***
- ***1 щепотка красного молотого перца***

5–6 звездочек бадьяна

- ***2 лавровых листа***
- ***морская соль***

Для чатни:

1 кисло-сладкое яблоко

- ***1 ч. ложка лимонного сока***
- ***1 ч. ложка порошка карри***

сок и цедра 1/2 лайма

- ***соль***

Креветки разморозить, очистить, надрезать по спинке, удалить кишечную вену.

Чеснок очистить и нарезать тонкими ломтиками.

Влить в чашу мультиварки оливковое масло, выложить чеснок и обжарить в режиме «Выпечка» в течение 5 минут.

Добавить в чашу креветки, посыпать красным перцем и морской солью, положить звездочки бадьяна и лавровый лист, перемешать и готовить в том же режиме 15 минут. Готовые креветки выложить шумовкой на бумажные полотенца, чтобы избавиться от излишков масла.

Пока готовятся креветки, сделать яблочный чатни. Для этого яблоко очистить от кожуры и семян, сбрызнуть лимонным соком и измельчить с помощью блендера в пюре (или натереть на мелкой терке). Добавить карри, сок лайма и немного соли, перемешать.

Кальмары с овощами

- ***2 тушки кальмаров***
- ***300 г замороженных овощей***
- ***специи***
- ***растительное масло***

Кальмары промыть, очистить от пленки и нарезать крупной соломкой. В чашу мульриварки налить масло, положить кальмары, овощи (можно неразмороженные). Посолить, поперчить, приправить специями. Готовить в режима «Плов» до сигнала.

Блюда из овощей и грибов

Целый день с удочкой в руках, а
на ужин одни овощи.

Пословица

Гриб– одно из самых интересных
и таинственных явлений природы.

В. Солоухин

Без овощей трудно представить себе меню, хотя бы с натяжкой укладывающееся в рамки здорового питания. Овощи содержат витамины, микроэлементы, полезную для работы кишечника клетчатку и пищевые волокна, питающие полезную микрофлору. Преобладание овощей в рационе человека старше тридцати пяти лет значительно снижает риск сердечно-сосудистых заболеваний, и диетологи от души рекомендуют такую диету всем, кто хочет сохранить на долгие годы здоровье и бодрость.

Можно было бы сказать, что в мультиварке возможно приготовить любые овощи, если бы они не были очень емким понятием, не имеющим четких границ. Только широкое кулинарное применение получили 690 видов. К сожалению, в российских климатических условиях выращивают чуть более 80 их видов. Что, несомненно, обедняет питание жителей России, ведь овощи – главные поставщики витаминов, минеральных солей, фитонцидов, органических кислот и клетчатки. При этом все они, за исключением бобовых, малокалорийны. Например, 200 г моркови содержат всего 50 килокалорий.

А вот грибами наша страна не обижена. «Гриб – дитя леса», – писал страстный любитель природы С. Т. Аксаков, а по площади лесов мы, как известно, – «впереди планеты всей». Ежегодный урожай грибов насчитывает у нас приблизительно 5 млн тонн в год!

Их «растительное мясо», по словам все того же Аксакова, «составляет самую питательную, вкусную и здоровую пищу» для россиян. Это может показаться преувеличением, но то, что грибы – лакомство, истина бесспорная.

С появлением мультиварок готовить овощи стало намного проще, они могут готовиться без вашего участия. При этом можно использовать различные режимы приготовления овощных блюд.

Рассыпчатый картофель, например, можно традиционно сварить или приготовить на пару, запечь или поджарить. Тушеные или запеченные овощи порадуют самый взыскательный вкус, а приготовленные на пару станут отличным дополнением диетического или детского стола. Вкус овощей получается более насыщенным и полным из-за плотно подогнанной крышки мультиварки.

Можно готовить в мультиварки овощи для гарнира и подготавливать их для салата. Полезнее всего, безусловно, отваренные в мультиварке на пару овощи. Их можно рекомендовать всем без исключения – и младенцам, и старикам, и людям со слабым желудком – такие овощи не раздражают желудочно-кишечный тракт, ароматны и очень вкусны.

На втором месте – отваренные в воде овощи, они несколько проигрывают во вкусовых качествах, т. к. некоторая часть аромата и витаминов уходит в воду.

Тушеные овощи – идеальны для приготовления на таймере, потому что их приготовление обычно требует некоторого времени.

Овощи запеченые – одно из самых вкусных блюд, но, к сожалению, при запекании овощей трудно обойтись без масла, и потому блюдо перестает быть диетическим. Правда, повышение калорийности с успехом компенсируется изумительным вкусом.

Жареные овощи – самый нежелательный способ приготовления, во-первых, при жарении образуется вредная корочка, во-вторых, масло дает лишнюю калорийность, а длительная термическая обработка убивает естественный аромат. Лучше постараться готовить в мультиварке овощи другими способами.

Благодаря специальной решетке для варки на пару гарнир можно готовить вместе с основным блюдом, что экономит время.

Тушеная картошка с шампиньонами

- ***5 клубней картофеля***
- ***1 лук-порей***
- ***200 г шампиньонов***
- ***зелень***
- ***соль***

Нарезанный картофель, лук-порей, шампиньоны и зелень положить в чашу мультиварки, посолить.

Готовить в режиме «Тушение» в течение 2 часов.
При желании можно добавить нарезанное мясо.

«Ленивая картошка»

- ***10 клубней картофеля***
- ***2 луковицы***
- ***растительное масло (лучше не рафинированное)***
- ***соль***

Картофель нарезать кружками или брусочками, перемешать с мелко нарезанным луком и маслом, посолить. (Воду не добавлять!) Готовить в режиме «Плов» до сигнала.

«Ленивая картошка» с кефиром

- ***10 клубней картофеля***
- ***2 луковицы***
- ***кефир***
- ***соль***

Картофель нарезать кружками или брусочками, перемешать с мелко нарезанным луком, посолить. Залить кефиром ниже уровня картошки. Готовить в режиме «Плов» до сигнала.

Ньокки из картофеля и тыквы с сырным соусом

- ***400 г картофеля***

250 г очищенной тыквы

3 ст. ложки тертого пармезана

- ***2 яичных желтка***
- ***1 щепотка тертого мускатного ореха***

1 стакан муки

- ***соль***

Для соуса:

- ***50 г сыра дор блю***

1/2 стакана 10 %-ных сливок

Очищенный картофель и тыкву нарезать одинаковыми крупными кубиками.

Положить в корзинку для варки на пару, влить 1 *1/2* стакана воды и варить 20 минут в режиме «Варка на пару».

Из готовых овощей приготовить пюре. Остудить.

Тем временем приготовить соус: взбить в блендере сыр дор блю со сливками. Соус получится густым.

Тертый пармезан смешать с желтками, солью и мускатным орехом, добавить в овощное пюре, перемешать.

Положить муку и вымесить тесто (если оно получается липким, добавить еще немного муки).

Присыпав кусочек теста мукой, сформировать из него длинную колбаску толщиной с мизинец. Сделать несколько таких колбасок, нарезать их на кусочки длиной около 2 см.

Слегка покатать их в руках, чтобы придать кончикам аккуратную форму.

В чаше мультиварки довести воду до кипения в режиме «Варка на пару».

Отварить ньокки в течение 4–5 минут (до всплытия).

Перед подачей на стол выложить кушанье в тарелки, дополнить соусом.

Картофель в сметанном соусе

- ***500 г картофеля***
- ***50 г сливочного масла***
- ***1 щепотка тертого мускатного ореха***
- ***100 мл воды***
- ***250 г сметаны***
- ***3–4 веточки укропа***
- ***соль***
- ***черный молотый перец***

Картофель очистить и нарезать кружочками. Выложить картофель в смазанную маслом чашу мультиварки, посыпать нарезанным кубиками оставшимся сливочным маслом и натертым мускатным орехом.

Смешать воду и сметану, посолить и поперчить по вкусу. Залить смесью картофель.

Готовить в режиме «Тушение» в течение 1 часа.

Укроп нарубить и посыпать им картофель при подаче.

Фасоль с луком и карри

- ***350–400 г красной или пестрой фасоли***
- ***1–1 1/2 стакана воды***

4–5 луковиц

50 мл растительного масла

- ***1 ч. ложка порошка карри***

соль

Фасоль замочить в воде на ночь (чтобы вода покрыла фасоль полностью), утром воду слить (не выливать).

Лук нарезать тонкими полукольцами, обжарить в чаше мультиварки на растительном масле в режиме «Выпечка» до светло-золотистого цвета (около 12 минут).

Смешать с карри, посолить, переложить в миску

Выложить в чашу мультиварки с оставшимся от жарки лука маслом половину фасоли, на нее – лук с карри, затем снова фасоль.

Посолить по вкусу, залить водой, которая осталась от замачивания фасоли. Готовить в режиме «Гречка» до сигнала.

Баклажаны в сметане

- *3 баклажана*
2 луковицы
1/2 стакана сметаны
- *1/2 стакана воды*
соль

Нарезанный лук обжарить в мультиварке в течение 10 минут в режиме «Выпечка». Баклажан нарезать кружками, затем на четвертинки (толщина примерно 3–5 мм). Положить баклажан к луку, посолить, добавить сметану и воду и готовить в режиме «Выпечка» в течение 20 минут.

Баклажаны, фаршированные овощами

- *1 баклажан*
  1/2 луковицы
  1 морковь
  100 г сладкого перца разных цветов
  50 мл растительного масла
- *1 ст. ложка томатной пасты*
- *30 г твердого сыра*
- *соль*
- *черный молотый перец*

Баклажан разрезать пополам вдоль, вырезать середину, чтобы получились «лодочки». Присыпать половинки баклажанов солью и оставить на 10–15 минут, чтобы вышел горький сок, после чего промыть и обсушить. Извлеченную мякоть мелко нарубить.

Мелко нарезать лук, морковь натереть на терке.

Сладкий перец освободить от семян и перегородок, нарезать сначала соломкой, затем – мелкими кубиками.

На части растительного масла спассеровать лук, затем добавить к нему морковь, мякоть баклажана и сладкий перец.

Обжарить все вместе, в конце посолить и поперчить по вкусу и добавить томатную пасту.

Начинить «лодочки» из баклажана приготовленной овощной массой.

Выложить в чашу мультиварки с растительным маслом. Готовить в режиме «Выпечка» в течение 40 минут.

За 5 минут до готовности присыпать баклажаны тертым сыром.

Баклажаны с сыром паровые

- ***1 крупный баклажан***
- ***2 помидора***
- ***100 г сыра***
- ***соль***

Во вкладку для варки на пару положить слоями нарезанные баклажан и помидоры, посолить, сверху посыпать тертым сыром. Налить воду, включить режим «Варка на пару» 15 минут.

Кабачки с сыром и томатами

- 3 ***небольших кабачка***
- *300 г* ***помидоров***
- ***1 средняя луковица***
- ***1 морковь***
- ***100 г сыра***
- ***соль***

черный молотый перец

- ***специи***

Кабачки разрезать вдоль и поперек на небольшие дольки (толщиной 3–5 мм). Посолить, дать постоять 10 минут, отжать лишний сок. Нарезать лук, морковь и помидоры полукольцами. В чашу мультиварки выложить слоями морковь, лук, кабачки, помидоры. Поперчить, сверху положить тонкие пластинки сыр. Готовить в режиме «Гречка» до сигнала.

Тушеная капуста

- ***1 небольшой кочан капусты***

  1 крупная луковица
- ***2 средние моркови***
- ***1 помидор***
- ***1 ст. ложка растительного масла***
- ***соль***

Нарезанный лук и натертую морковь обжарить на масле в мультиварке в течение 10 минут в режиме «Выпечка».

Добавить нашинкованную капусту и нарезанный помидор, посолить, перемешать.

Готовить в режиме «Тушение» в течение 2 часов.

Овощное рагу с томатной пастой

- ***2 сладких перца***
- ***2 луковицы***
- ***2 моркови***
- ***4 помидора***
- 2 ***молодых кабачка***
- 3 ***ст. ложки растительного*** *масла*
- ***3 лавровый листа***
- 2 ***ст. ложки томатной пасты***
- ***соль***
- ***черный молотый перец***

Сладкий перец освободить от семян и перегородок, лук и морковь очистить.

Нарезать все овощи примерно равными по размеру кубиками.

Выложить лук в чашу мультиварки с растительным маслом, готовить в режиме «Выпечка» в течение 5 минут. Затем добавить к луку морковь, перемешать и

готовить в том же режиме 7–8 минут.

Выключить мультиварку, положить в чашу все овощи, посолить и поперчить, добавить лавровый лист. Готовить в режиме «Тушение» 1 час.

Из готового рагу удалить лавровый лист, добавить томатную пасту и перемешать.

Подавать к столу рагу можно как в горячем, так и в холодном виде.

Овощное рагу со сметаной

- 3 ***небольших кабачка***
- ***1 крупная морковь***
- ***1 сладкий перец***
- 2 ***помидора***
- ***1 луковица***
- ***100 г сметаны***
- 2 ***зубчика чеснока***
- ***зелень***
- ***соль***
- ***специи***

Нарезать овощи кубиками, погрузить их в чашу мультиварки, посолить, добавить специи, перемешать и готовить в режиме «Тушение» в течение 1 час. (Воду добавлять не надо!)

Через 1 час добавить сметану, измельченный чеснок, зелень. Еще на 10 минут включить режим «Тушение».

Грибы с картошкой в сметане

- ***6 клубней картофеля***
- ***грибы***
- 1/2 ***стакана сметаны***
- ***соль***

В чашу мультиварки положить нарезанные грибы, посолить и готовить в режиме «Тушение» в течение 1 часа.

Добавить нарезанный картофель, сметану, досолить. Готовить в режиме «Плов» до сигнала.

Грибы в сметане

- ***400 г шампиньонов***
- ***2 головки репчатого лука***
- ***200 г сметаны***
- ***растительное масло***
- ***соль***
- ***перец***

Свежие шампиньоны нарезать ломтиками, лук измельчить полукольцами.

Включить режим «Выпечка» на 30 минут.

В чашу мультиварки влить масло, поджарить грибы. Затем добавить лук и продолжать обжаривать, помешивая.

За 10–15 до окончания цикла положить сметану. Посолить, поперчить.

Можно подавать с макаронами или гречкой.

Грибы жареные

- ***500 г лесных грибов (или шампиньонов, вешенки)***
- ***1 луковица***

2 ст. ложки растительного масла

100 г сметаны

- ***соль***

Грибы и репчатый лук очистить и нарезать.

В чашу мультиварки влить немного растительного масла, положить грибы, установить режим «Выпечка» на 40 минут.

Спустя 20 минут положить к грибам лук, перемешать и продолжать готовить в том же режиме.

Еще через 10 минут добавить сметану, перемешать и готовить до сигнала, не закрывая крышку мультиварки и иногда помешивая грибы, чтобы испарилась лишняя жидкость.

Шампиньоны фаршированные

- 7 ***крупных шампиньонов***
- 3 ***маленьких лука-порея***
- ***100 г твердого сыра***
- ***1 ст. ложка панировочных сухарей***
- ***растительное масло***
- ***соль***
- ***свежемолотый перец***

Шампиньоны вымыть и обсушить. Аккуратно удалить ножки, чтобы не повредить шляпки.

Для приготовления начинки лук и ножки грибов мелко нарезать, сыр натереть на средней терке.

Включить режим «Выпечка» 10 минут.

Лук обжарить на растительном масле 5 минут.

Затем добавить подготовленные ножки шампиньонов, посолить, поперчить и жарить грибы с луком до сигнала.

Выложить грибы с луком в миску, добавить панировочные сухари и перемешать.

Когда смесь немного остынет, смешать ее с половиной натертого сыра.

Начинку выложить в грибные шляпки (предварительно можно слегка посолить их внутри).

Шляпки уложить в чашу мультиварки, сверху посыпать оставшимся сыром.

Готовить в режиме «Выпечка» 15 минут.

Жульен из шампиньонов

- *400 г нарезанных замороженных шампиньонов*
- *500 г сметаны*
- *80 мл воды*
- *2 ст. ложки муки*
- *сыр*
- *черный молотый перец*

сушеная зелень (укроп, петрушка)
соль

Замороженные шампиньоны выложить в чашу мультиварки и обжарить 40 минут в режиме «Выпечка» без парового клапана, чтобы влага быстрее испарилась. За 5 минут до окончания добавить муку, перемешать и оставить дожариваться.

После сигнала выложить в мультиварку сметану, влить воду, добавить соль, перец и зелень.

Поставить режим «Варка на пару» 10 минут.

По окончании варки разложить жульен по кокотницам. Посыпать тертым сыром.

Вымыть чашу мультиварки, застелить дно пленкой для выпекания, поставить кокотницы.

Включить режима «Выпечка» 40 минут.

Грибы в сметанном соусе с цветной капустой

500 г консервированных шампиньонов
растительное масло
450 г замороженной цветной капусты
сметана
немного кетчупа

Включить режим «Выпечка» 40 минут.

В чашу мультиварки влить растительное масло, добавить грибы и поджарить 15 минут.

Затем залить грибы сметаной и кетчупом.

Капусту приготовить в режиме «Варка на пару» 20 минут. Грибы выложить на тарелку и гарнировать капустой.

Пловы и другие блюда ив риса

Для нормального японца нет ничего ужаснее, чем рис, потерявший свою белизну.

Х. Мураками

Благодаря более чем миллиардному населению Китая, по своему значению и распространению рис занимает второе место в мире после пшеницы. В Поднебесной рис – основная пища вот уже более четырех тысячелетий. Чашка риса там служит символом долголетия и символом пищи вообще. Широко известны и лечебные свойства риса. Китайские медики считают, что рис «бережет желудок, укрепляет здоровье и изгоняет из тела болезнь».

По питательности рис среди зерновых уступает только пшенице. Однако она уступает ему в урожайности. Видов риса существует много. Есть рис с длинным зерном, овальным, коротким, клейкий рис. При варке соотношение воды и крупы бывает разным: одни виды риса воды впитывают больше, другие – меньше. Злак употребляют в пищу в виде каши, а также с мясом, рыбой, овощами, орехами, изюмом, пряностями.

Мультиварка – идеальное устройство для приготовления блюд из риса. Умение готовить рис в любом виде, от молочной каши до плова, досталось ей по наследству от «бабушки» – электрической рисоварки. Именно этот прибор, весьма распространенный в Азии (ввиду особенностей местной кулинарии), стал прототипом для создания универсального агрегата, названного впоследствии «мультиваркой». «Внучку» модернизировали новыми режимами приготовления пищи для различных продуктов и презентовали западнее, там, где рис едят в меньших количествах.

Причем, некоторые мультиварки теперь предлагают пользователю выбор степени мягкости риса: мягкий для каш, средний для роллов и суши, твердый для гарниров. Есть и отдельный режим для приготовления ризотто (уникальный на данный момент).

Чтобы рис после варки не получался недоваренным, переваренным, суховатым, либо слипшимся, нужно знать несколько базовых условий его приготовления в качестве гарнира. Как для обычного способа приготовления, так и для мультиварочного они одинаковы.

• Перед приготовлением необычных видов риса (коричневого, например) следует прочитать инструкцию, размещенную на упаковке. Чаще всего такие сорта приходится варить дольше.

• Перед приготовлением рис нужно промывать холодной водой, так как в нем могут находиться инородные тела.

• Воды в емкости, где готовиться рис, должно быть в 2 раза больше, чем крупы (на 1 стакан риса – 2 стакана воды).

• Готовить рис нужно в среднем 20–30 минут.

Особенно вкусным получается приготовленный в мультиварке плов. Это блюдо, незаменимым компонентом которого является рис, известно с незапамятных времен.

Приготовление настоящего плова состоит из трех операций: перекаливание масла, получение зирвака (основы плова), закладка риса и доведение кушанья до готовности.

Производители мультиварки предложили для приготовления это популярного блюда специальный режим – «Плов». Принцип его работы такой же, как и в режима «Гречка», но с добавление функции интенсивного, так сказать, зажаривания в последние 5-10 минут готовки. Благодаря этому плов получается подсушенный и с поджаристой корочкой нижнего слоя, например из мяса и лука.

С помощью этого режима можно делать не только вкусный плов, но еще и, к примеру, печеный картофель, макароны по-флотски и многое другое.

Плов с фаршированным сладким перцем

200 г риса
100 г мякоти мяса
150 г лука (100 г на фарш)
50 г жира
110 г моркови
1/4 яйца
2 сладких перца желтого цвета
соль

У перцев срезать плодоножки, вытряхнуть семена, сполоснуть в холодной воде.

Жирную говядину (можно вместе с бараниной) пропустить через мясорубку.

В фарш добавить лук, нашинкованный тонкими кольцами, соль и сырое яйцо. Все хорошенько перемешать, наполнить перец и отставить.

В чашу мультиварки положить жир, кольца лука и отделенные от мяса кости.

Обжаривать в режиме «Выпечка» 20 минут.

Положить морковь, нарезанную соломкой, и жарить, помешивая, еще 10 минут.

После чего одним рядом уложить фаршированный перец, всыпать промытый рис и долить

воду так, чтобы она покрыла содержимое на 1 см.

Готовить в режиме «Плов» до сигнала.

Готовый плов уложить горкой на блюдо, а сверху и по бокам разложить перцы.

Плов с виноградом

330 г баранины
180 г риса
300 г моркови
100 г бараньего курдючного жира
60 г репчатого лука
60 г кишмиша

Положить в чашу мультиварки крупные куски баранины, и залить водой.

Сварить в режиме «Тушение» в течение 1,5 часов.

Затем положить рис, нарезанные соломкой и пассерованные морковь и лук, изюм.

Готовить в режиме «Плов» до сигнала.

Добавить в готовый плов топленый курдючный жир и размешать.

При подаче плов разложить рядами вперемежку с вареным мясом, нарезанным тонкими ломтиками.

Плов на морковном соке

200 г риса
100 г курятины (мясо дичи)
50 г лука
50 мл растительного масла
500 г моркови (100 г на плов, 400 г для сока)
соль
специи

Свежую морковь вымыть, очистить, потереть на мелкой терке и отжать сок.

В чашу мультиварки влить растительное масло, положить лук и курятину, нарезанную на порционные куски.

Обжаривать в режиме «Выпечка» 10 минут.

Положить морковь, нашинкованную соломкой, налить морковный сок на уровне содержимого, заправить солью, специями и тушить 5 минут.

После чего положить промытый или замоченный рис, залить морковным соком несколько выше уровня рисового слоя.

Готовить в режиме «Плов» до сигнала.

Перед подачей на стол вынуть курятину, положить на верх плова, уложенного на блюдо горкой.

Плов по-самаркандски

200 г риса
100 г мяса
50 г сала
200 г моркови
30 г лука
соль
специи

В чашу мультиварки положить жир и ломтики мяса.

Обжаривать в режиме «Выпечка» 20 минут.

Добавить кольца лука и продолжать жарить еще 10 минут.

Затем ровным слоем выложить нашинкованную соломкой морковь, заправить солью и специями (кумин, барбарис, молотый или стручковый перец).

Положить ровным слоем промытый рис, залить водой так, чтобы она выступала над уровнем риса на 2 см.

Готовить в режиме «Плов» до сигнала.

Готовый плов не перемешивать, уложить на блюдо горкой, сначала рисовый слой, а сверху– морковь с мясом, или на одну часть блюда положить рис, а на другую – морковь с мясом.

В отдельной посуде подать уксус и воду.

Плов на курдючном сале

200 г риса
250 г баранины
250 г моркови
100 г лука
140 г курдючного сала
перец

Мякоть баранины нарезать кусочками по 10–12 г, посолить и поперчить.

В чашу мультиварки положить сало, мясо и обжаривать в режиме «Выпечка» 20 минут. К мясу добавить нарезанные соломкой репчатый лук, морковь и продолжать жарить еще в течение 10 минут. Положить рис долить воду так, чтобы она покрыла содержимое на 1 см.

Готовить в режиме «Плов» до сигнала.

Плов тушеный

200 г риса
100 г мяса
150 г моркови
30 г лука
30 г топленого (сливочного) масла
соль

Жирную баранину нарезать небольшими кусочками, реберные кости порубить на куски той же величины, посыпать солью.

В чашу мультиварки положить масло, мясо и лук, перемешать. Обжаривать в режиме «Выпечка», периодически помешивая 20 минут. Положить ровным слоем морковь, нарезанную соломкой или кубиками.

Засыпать ровным слоем рис, посолить, налить воды столько, чтобы она покрывала рис слоем в 1 см.

Готовить в режиме «Плов» до сигнала.

Перед подачей на стол кушанье заправить топленым или сливочным маслом, перемешать и уложить на блюдо горкой.

Плов по-хорезмски

260 г баранины
240 г риса
240 г моркови
120 г репчатого лука
100 г жира
5 г пряной смеси
соль

Мясо нарезать крупными кусками по 60–80 г.

В чашу мультиварки положить жир и измельченный лук. Обжаривать в режиме «Выпечка» в течение 10 минут.

Затем добавить мясо и обжаривать еще 20 минут.

После этого положить заранее подготовленную морковь, нарезанную вдоль пластинками шириной 1 см и толщиной 2–3 мм, соль и пряную смесь.

Засыпать все предварительно промытым рисом. Затем долить воду так, чтобы она покрыла содержимое на 1 см.

Готовить в режиме «Плов» до сигнала.

Готовый плов не размешивать, а переложить на тарелки слоями.

Плов свадебный

250 г риса
250 г говядины
250 г моркови
75 мл растительного масла
100 г лука (на плов и на маринование мяса)
соль
специи

Мясо нарезать кусочками, как на шашлык, смешать с рубленым луком, заправить солью, черным молотым перцем и кумином, поставить в прохладное место, мариновать 1–1,5 часа.

В чашу мультиварки влить масло, обжарить в нем кольца лука и маринованное мясо в режиме «Выпечка» 20 минут.

Затем положить морковь, нашинкованную крупной соломкой, промытый рис и соль.

Долить воду так, чтобы она покрыла содержимое на 1 см.

Готовить в режиме «Плов» до сигнала.

Перед подачей на стол плов перемешать и положить на блюдо несколько порций горкой или отдельными порциями с салатом из свежих овощей.

Плов с тыквой

250 г риса
75 г ***баранины***
75 г ***тыквы***
75 г жира
70 г репчатого лука
75 г ***моркови***
соль
специи

В чашу мультиваркиу положить жир, мясо, нарезанное небольшими кусочками, измельченные лук и морковь. Добавить специи и соль.

Обжаривать в режиме «Выпечка» 20 минут.

Тыкву нарезать на небольшие кусочки, очистить от семян, прополоснуть в холодной воде и опустить в мясную смесь.

После этого засыпать рис, долить воду так, чтобы она покрыла содержимое на 1 см.

Готовить в режиме «Плов» до сигнала.

Готовый плов положить на блюдо, а куски тыквы разложить в тарелки и подать на стол отдельно, лучше в холодном виде.

Плов из прожаренного риса

200 г баранины
240 г риса
200 г моркови
160 г репчатого лука
100 г топленого масла
6 г пряной смеси
соль

В чашу мультиварки положить масло, рис и обжаривать в режиме «Выпечка» 10 минут.

Выложить рис в отдельную посуду. Баранину нарезать кусочками и обжарить 20 минут в том же режиме. Затем добавить нарезанные соломкой лук, морковь, соль и жарить все вместе еще в течение 10 минут.

После этого засыпать рис, долить воду так, чтобы она покрыла содержимое на 1 см.
Готовить в режиме «Плов» до сигнала.

Плов по-ходжентски

150 г баранины
виноградные листья
50 г мяса для зирвака
50 г репчатого лука
5 зубчиков чеснока
черный молотый перец
15 г топленого сала

Для плова:

100 г риса
25 г топленого сала
100 г моркови
50 г репчатого лука
1 гзиры
5 г барбариса
10 г зелени
соль

Баранину 2 раза провернуть через мясорубку вместе с чесноком и черным перцем.

Виноградные листья промыть в холодной воде, затем ошпарить кипятком, чтобы они стали более эластичными, и аккуратно завернуть в них приготовленный фарш.

Затем проткнуть каждый голубец в центре в месте соединения концов листа иголкой с ниткой и нанизать на нитку несколько голубцов, связывая их кольцом.

В чашу мультиварки положить жир и обжарить в нем мелкие кубики мяса, измельченный лук и морковь в режиме «Выпечка» 20 минут.

Подготовленные голубцы погрузить в мясную смесь.

Затем на голубцы положить предварительно перебранный и промытый холодной водой рис. Выровнять все шумовкой. Долить воду так, чтобы она покрыла содержимое на 1 см.

Готовить в режиме «Плов» до сигнала.

При подаче плов уложить горкой, а сверху разложить голубцы и посыпать зеленью.

Плов с картофелем

250 г риса
100 г картофеля
125 г баранины
или говядины
100 г жира
75 г репчатого лука
125 г моркови
соль
специи

В чашу мультиварки положить жир и пережарить лук в режиме «Выпечка» 10 минут. Добавить мясо, нарезанное кусочками, жарить вместе с луком в режиме «Выпечка» 20 минут. Затем добавить соль, специи, картофель, нарезанный крупной соломкой и засыпать рис.

Налить воды столько, чтобы она покрывала рис слоем в 1 см.

Готовить в режиме «Плов» до сигнала.

При подаче плова на стол сначала положить на блюдо рис, сверху картофель и мясо.

Плов по-бухарски

180 г баранины
240 г риса
240 г моркови
100 г репчатого лука
100 г изюма
60 г жира
6 г специй
соль

В чашу мультиварки положить жир, баранину, нарезанную кусочками по 10–15 г и обжарить в режиме «Выпечка» 20 минут.

Затем добавить нарезанные соломкой лук и морковь и жарить все вместе еще 10 минут.

Изюм промыть в воде и добавить к мясной смеси. Положить промытый в теплой подсоленной воде рис, добавить специи.

Долить воду так, чтобы она покрыла содержимое на 1 см.

Готовить в режиме «Плов» до сигнала.

При подаче плов уложить горкой, а сверху положить кусочки мяса и посыпать нашинкованным луком.

Плов со сморчками

200 г риса
400 г сморчков
75 г ***сливочного масла***
60 г бараньего сала
100 г моркови
50 г лука
соль
специи
редис
растительное масло
зелень петрушки

Перед приготовлением плова сморчки рассортировать, у более мелких (с грецкий орех или с куриное яйцо) экземпляров срезать только пеньки, а более крупные нарезать ломтиками.

Промыть грибы сначала в холодной воде, затем сбланшировать, окунув в крутой кипяток на 1–2 минуты. Откинуть в дуршлаг и дать полностью стечь воде.

Включить режим «Выпечка» 30 минут. В чаше мультиварки растопить сливочное масло. Спассеровать в нем измельченный репчатый лук, опустить подготовленные грибы и жарить до уменьшения объема примерно в два раза. После этого положить морковь, нарезанную мелкой соломкой, залить водой. После закипания заправить кушанье солью и специями.

Когда морковь сварится до полуготовности, засыпать перебранный и предварительно вымытый рис и налить необходимое количество воды.

Готовить в режиме «Плов» до сигнала.

Готовый плов аккуратно перемешать, переложить горкой на блюдо и подать с салатом из редиски.

Для приготовления салата редис вымыть и почистить. После этого нарезать его мелкими ломтиками, заправить маслом и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Плов с машем

150 г риса
50 г маша
50 г мяса (мякоти)
55 г *жира*
100 г моркови
50 г лука
соль
специи

За сутки до приготовления плова промыть и замочить в холодной воде маш.

В чашу мультиварки положить жир и измельченный лук.

Обжаривать в режиме «Выпечка» 10 минут. Добавить мясо, нарезанное маленькими кусочками, морковь, нашинкованную мелкими кубиками и жарить еще 20 минут.

Подготовленный маш смешать с промытым рисом и засыпать ровным слоем мясную массу. Посолить, добавить специи.

Залить все необходимым количеством воды и готовить в режиме «Плов» до сигнала.

По готовности плов перемешать, переложить горкой на блюдо и подать на стол с любым салатом.

Плов с горохом

130 г баранины или говядины
250 г риса
50 г гороха
100 г моркови
110 г репчатого лука
70 г жира
пряная смесь
соль

Горох замочить в холодной воде на 12 часов. Рис промыть холодной водой до тех пор, пока вода не будет оставаться чистой.

В чашу мультиварки положить жир, кусочки мяса и измельченый лук.

Обжаривать в режиме «Выпечка» 20 минут.

Добавить нарезанную мелкими кубиками морковь, после чего жарить еще 10–15 минут. Затем положить подготовленный горох, пряности, рис и соль.

Долить воду так, чтобы она покрыла содержимое на 1 см. Готовить в режиме «Плов» до сигнала.

Плов с виноградным соком

250 г баранины
150 г риса
50 г топленого масла
1 луковица
1 г лимонной кислоты
1 ст. ложка настоя шафрана
10 мл сока недозрелого винограда
зелень (кинза, укроп)
корица
черный молотый перец
соль

Рис промыть холодной водой. Выложить рис с чашу мультиварки, залить водой на 1 см выше уровня риса, готовить в режиме «Гречка» до сигнала.

Тем временем мякоть баранины нарезать на кусочки весом 35–40 г, посолить, поперчить и обжарить в масле на раскаленной сковороде.

Затем добавить сок, спассерованный лук и зелень. Тушить до готовности.

Часть часть риса окрасить настоем шафрана.

При подаче на сервировочную тарелку горкой положить белый рис. Сверху посыпать подкрашенным, сбоку уложить баранину, полить маслом и посыпать корицей.

Плов с курятиной

200 г риса
100 г вареной курятины
60 г масла
30 г лука
200 г моркови
1 пучок укропа
соль
специи

В чашу мультиварки положить масло, кусочки вареной курицы, измельченный лук и морковь, нарезанную соломкой.

Обжаривать в режиме «Выпечка» 10 минут.

Затем сверху морковного слоя уложить слой веточек укропа, заправить солью и специями. Положить ровным слоем промытый рис.

Долить воду так, чтобы она покрыла содержимое на 1 см.

Готовить в режиме «Плов» до сигнала.

Не размешивая, уложить на блюдо сначала рисовый слой, снять веточки укропа, затем положить морковный слой.

Мякоть курятины отделить от костей, выложить поверх плова, украсить веточками укропа.

Плов из цыпленка с абрикосами

1 цыпленок
200 г риса
50 г топленого масла
1 ст. ложка изюма
5 сушеных абрикосов
шафран
зелень
соль по вкусу

Рис промыть холодной водой до тех пор, пока вода не будет оставаться чистой.

Выложить рис с чашу мультиварки, залить водой на 1 см выше уровня риса, готовить в режиме «Гречка» до сигнала.

Тем временем обработать цыплят, промыть, разрубить на половинки, посолить и обжарить на сковороде в масле.

Затем на 5 минут поместить тушки в духовку.

Подавать, выложив на тарелку рис горками.

Между ними поместить цыплят и припущенные в масле изюм и абрикосы.

Посыпать зеленью.

Плов без мяса

200 г риса
80 мл растительного масла
100 г репчатого лука
200 г моркови
100 г изюма
20 г зелени петрушки
соль

В чашу мультиварки влить растительное масло, положить морковь и репчатый лук нарезанные соломкой.

Обжаривать в режиме «Выпечка» 10 минут.

Засыпать предварительно замоченный в холодной подсоленной воде рис, изюм, добавить коренья и зелень петрушки.

Залить все необходимым количеством воды и готовить в режиме «Плов» до сигнала.

Плов на льняном масле с яйцами

- ***250 г риса***
  75 г льняного масла
  4 вареных яйца
  70 г репчатого лука
  100 г моркови
  зира
  соль
  черный молотый перец

по вкусу

Льняное или кунжутное масло налить в сковороду и перекалить на умеренном огне в течение 1 часа, пока оно не перестанет пениться и не приобретет ярко-красный цвет.

После этого пережарить в нем лук. Затем доварить морковь, нарезанную соломкой, перемешать несколько раз и залить водой, дать закипеть.

Заправить специями и половинной нормой соли.

Смесь переложить в чашу мультиварки, засыпать ровным слоем риса и вдавить в него очищенные вареные яйца.

Залить все необходимым количеством воды и готовить в режиме «Плов» до сигнала.

Перед подачей вынуть яйца, нарезать кружочками и уложить поверх плова.

Плов с фруктами

1 морковь
30 г сливочного масла
30 мл растительного масла
2 яблока
100 г кураги
100 г изюма
1 1/2 стакана риса
2 ч. ложки сушеного барбариса

Морковь натереть на крупной терке или нарезать тонкими брусочками и спассеровать на смеси сливочного и растительного масла.

Выложить в чашу мультиварки, положить туда также очищенные и нарезанные яблоки и промытые сухофрукты.

Рис промыть, выложить в чашу поверх фруктов.

Залить водой так, чтобы она покрывала рис слоем в 1 см, добавить специи для плова и соль по вкусу.

Готовить в режиме «Плов» до сигнала.

Выложить плов на широкое блюдо нижним слоем вверх.

Ризотто с омаром

1 омар
1/2 стакана белого сухого вина
1 морковь
сок 1/2 лимона
1 луковица
1 стебель сельдерея
соль
перец
Для ризотто:
280 г риса
100 г тыквы
50 г сыра
1/2 луковицы
1/2 стакана белого сухого вина
50 г сливочного масла
оливковое масло
соль
перец

В чашу мультиварки влить немного воды и довести ее до кипения в режиме «Варка на пару». Добавить вино, морковь, лук и сельдерей. Посолить, поперчить. Варить овощи 20 минут. Затем опустить в полученный бульон омара и готовить еще 10 минут.

Для приготовления ризотто нарезать тыкву. Почистить ее и отварить в овощном бульоне. Готовую тыкву пюрировать.

На сковороде на оливковом масле с добавлением сливочного обжарить мелко нашинкованный лук. Всыпать рис, дать ему пропитаться маслом, затем влить вино и дать ему выпариться. Варить рис, добавляя бульон от варки омара.

Когда рис полуготов, добавить пюрированную тыкву.
Довести ризотто до готовности. Добавить сливочное масло и сыр. Перемешать и подать ризотто вместе с омаром.

Ризотто с лососем

200 г риса для ризотто
200 г лосося
800 мл рыбного бульона
1 небольшая луковица
сливочное масло
соль
специи

Рыбу вымыть, вытереть бумажным полотенцем. Натереть солью со специями и оставить пропитаться на 15 минут.

Затем поставить стейк в духовку, предварительно разогретую до 180–200 °С до готовности.

Тем временем в чашу мультиварки положить сливочное масло и нашинкованный лук.

Обжаривать в режиме «Выпечка» 10 минут.

Когда лук поджарится, добавить рис, бульон.

Готовить в режиме «Плов» до сигнала.

В готовый рис положить кусочки рыбы и перемешать. Ризотто посолить в самом конце приготовления.

Ризотто с грибами и ветчиной

2 стакана длиннозерного риса
100 г ветчины
1 луковица
100 г шампиньонов
50 мл оливкового масла
2 стакана куриного бульона
1 щепотка шафрана
томатный соус для подачи
сыр пармезан
соль
черный молотый перец

Промывать рис в проточной холодной воде до тех пор, пока она не будет оставаться чистой. Ветчину, лук и грибы мелко нарубить. Лук спассеровать на оливковом масле.

Положить в чашу мультиварки обжаренный лук с маслом из сковороды, ветчину, грибы и рис, хорошо перемешать. Влить куриный бульон, добавить шафран, посолить и поперчить по вкусу.

Готовить ризотто в режиме «Плов». Подать с томатным соусом и натертым пармезаном.

Красный рис с козьим сыром

700–800 г сырой свеклы
1 небольшая вареная свекла
100 г красного риса
2 луковицы шалота
50–60 г жирной сметаны
50 г пармезана
50 г козьего сыра
2–3 веточки тимьяна
500 мл куриного бульона
150 мл сухого красного вина
1 ст. ложка сливочного масла
1 ст. ложка оливкового масла

Сырую свеклу почистить, отжать из нее сок (должно получиться 500 мл). Свекольный сок влить в горячий куриный бульон и прогреть.

Лук почистить и очень мелко порубить.

В чаше мультиварки разогреть сливочное и оливковое масло и обжарить лук в режиме «Выпечка» 10 минут.

Вареную свеклу почистить, натереть на мелкой терке и отправить к луку. Добавить к свекле с луком рис, влить вино, долить свекольным бульоном так, чтобы он покрывал содержимое мультиварки на 1 см и тушить еще 15 минут в том же режиме.

Затем переключить на режим «Плов».

Когда рис будет готов, добавить сметану и перемешать.

Пармезан натереть на мелкой терке, всыпать к рису и вымешать. Козий сыр поломать на небольшие кусочки.

Рис выложить на тарелку, посыпать козьим сыром и листьями тимьяна.

Рис терияки

1 стакан длиннозернового риса
2 стакана воды или мясного бульона
3 перышка зеленого лука
2 зубчика чеснока
2 ст. ложки соуса терияки
1 ст. ложка коричневого сахара

Рис промыть холодной водой до тех пор, пока вода не будет оставаться чистой.

Выложить рис в чашу мультиварки, залить водой на 1 см выше уровня риса, готовить в режиме «Гречка» до сигнала.

Тем временем в отдельной посуде соединить мелко нарезанный лук, измельченный чеснок, терияки и коричневый сахар.

Проварить эту смесь, чтобы лук стал мягким, но не превратился в кашицу.

Залить смесью готовый рис, перемешать, разложить по тарелкам, украсив водяным крессом или петрушкой.

Кеджери с лососем

250 г риса
200 г консервированного лосося
1 головка репчатого лука
4 ст. ложки растительного масла
2 вареных яйца
зелень петрушки
черный перец
красный острый перец
2 стакана воды

Рис промыть холодной водой до тех пор, пока вода не будет оставаться чистой.

Выложить рис в чашу мультиварки, залить водой на 1 см выше уровня риса, готовить в режиме «Гречка» до сигнала.

Пока варится рис, почистить и нарезать лук. Обжарить его в течении 15 минут в масле. Порубить белки яиц. Удалить из рыбы кожицу и мелкие косточки, размять ее вилкой.

Выложить смесь в рис и перемешать.

Готовое блюдо разложить на подогретые тарелки и украсить протертыми желтками и зеленью петрушки.

Рис-чилли по-техасски

500 г мясного фарша
250 г риса
1 стакан бульона
1 стакан воды
1 головка репчатого лука
1 сладкий зеленый перец
2 ст. ложки красного молотого перца
3 ст. ложки томатной пасты
1 банка консервированных помидоров
1 банка консервированной фасоли
250 г тертого сыра
125 г сметаны
соль
зелень петрушки

В чашу мультиварки положить жир и фарш. Обжаривать в режиме «Выпечка» 20 минут.

Добавить рис, бульон, воду, нарезанный лук, зеленый перец, красный молотый перец, томат-пасту, консервированные томаты и фасоль. Посолить.

Готовить в режиме «Плов» до сигнала.

Подавать в неглубоких тарелках. Посыпать сыром, полить сметаной и украсить петрушкой.

Рис с морепродуктами

350 г морепродуктов (креветки, кальмары, мидии, осьминожки)

1 средняя морковь

2 стакана длиннозернового риса

соль

специи

Обжарить морепродукты и мелко нарезанную морковь на оливковом масле в мультиварке в режиме «Выпечка» в течение 20 минут. Добавить к морепродуктам рис, залить водой чуть выше риса, посолить, добавить специи (по вкусу).

Готовить в режиме «Плов» до сигнала.

Блюдо можно посыпать нарезанной свежей зеленью, приправить соевым соусом.

Рис с карри

1 стакана риса
1 ст. ложка карри
зеленый лук
растительное масло
соль
свежемолотый перец
куриный бульон

Рис промыть холодной водой, выложить в чашу мультиварки. Положить масло и карри, перемешать. Добавить лук и куриный бульон. Жидкость должна покрывать содержимое на 1 см.

Готовить в режиме «Гречка» до сигнала.

По окончании времени варки выложите рис из чаши, посолить и поперчить по вкусу.

Рис по-монастырски

2 стакана риса
4 стакана воды
1 головка репчатого лука
2 моркови
растительное масло
томатная паста
сушеная зелень
перец черный молотый
соль

Рис промыть холодной водой до тех пор, пока вода не будет оставаться чистой.

Выложить крупу в чашу мультиварки, залить водой на 1 см выше уровня риса, готовить в режиме «Гречка» до сигнала.

Тем временем в глубокой сковороде обжарить мелко нарезанный репчатый лук в растительном масле до золотистого цвета, добавить отваренную, натертую на крупной терке морковь и томат, перемешать.

Присоединить рис, приправить по вкусу пряной зеленью, перцем и солью. Подавать блюдо горячим.

Каши, крупенники

Мать наша – гречневая каша: не перцу чета, не прорвет живота.

Пословица

Каша – самое древнее сельскохозяйственное блюдо. Что может быть проще – собрать дикое просо (самый древний из наших злаков) и сварить зерна в воде! И эта древнейшая примитивная еда через тысячелетия дошла до наших дней, осталась излюбленным русским национальным блюдом. Это и простонародная пища («Щи да каша – радость наша»), и изыск гурмана (знаменитая гурьевская каша), и ритуальное блюдо.

О неуживчивом соседе говорили: «С ним кашу не сваришь», потому что каша, съеденная на переговорах, играла роль трубки мира. Артельщики варили артельную кашу, казаки на южных границах Руси, а позднее – охотники у костра варили кулеш. Трудно описать значение каши для русского человека. Скорее всего, люди научились варить кашу раньше, чем печь хлеб. Об этом свидетельствует тот факт, что каша является ритуальным блюдом, сопровождая человека от рождения до смерти.

Какие крупы варят сегодня?

Из проса варят пшенную кашу. Зерна проса (пшено) бывают со стертой оболочкой, обточенные (лучший сорт), дробленые.

Гречневая крупа. Она бывает двух видов – ядрица (цельные зерна) и продел (дробленые).

Ячменная крупа – это перловая (обточенные зерна). Мелкая ячменная крупа – ячневая.

Из овса делают крупное зерно, мелкое и расплющенное (хлопья). Овсяную крупу долго не хранят.

Саго – горошины из картофельного или кукурузного крахмала (первоначально – из крахмала саговой пальмы).

Мультиварка – настоящая находка для тех, кто любит капти. В отличие от традиционной кастрюли, за кашей в мультиварке совсем не надо следить: молоко не убежит, каша не пригорит. И не надо стоять у плиты: можно вечером положить в мультиварку все необходимые ингредиенты, а утром наслаждаться вкусной ароматной кашей.

Рецептов каш для мультиварки множество. Можно сварить рассыпчатую рисовую кашу или нежную манную, ароматную кукурузную или вкуснейшую пшенную…

Ученые утверждают, что все крупы, в той или иной степени,

обладают лечебными свойствами, но особенно это относится к гречихе.

Гречиха содержит важнейшие питательные вещества: белки, жиры, углеводы, а также кальций, фосфор, йод, витамины В1 и В2, РР (рутин, который, кстати, получают промышленным способом из этой крупы). Важнейшее свойство белков этого злака – их хорошая растворимость и усвояемость, а такие белки в этой крупе составляют 86 % от общего их количества (у пшена, соответственно, – 11 %).

Для приготовления блюд из этого злака в мультиварке предусмотрен специальный режим – «Гречка». Он, конечно, предназначен не только для приготовления гарниров из гречки, но и других круп – пшена, перловки. Этот режим можно использовать как для приготовления рассыпчатых гарниров, так и для приготовления каш. Принцип работы режима заключается в испарении жидкости. После того как жидкость выпаривается, а точнее, впитывается в продукт, программа переходит на подогрев.

Самым удобным режимом для приготовления каш, по мнению многих домохозяек, является режим «Молочная каша», поскольку он позволяет вечером положить в мультиварку крупу, налить молоко или воду, назначить время с помощью таймера, в которое будет завтрак, – и нажать кнопку. А на следующее утро в назначенное время вас будет ждать горячая, ароматная и вкусная каша. Благодаря этому режиму вы сможете готовить каши, в принципе, из любых круп, добавляя к ним всевозможные добавки.

Каша из овсяной крупы

1 стакан овсяной крупы
6 стаканов молока
сливочное масло
соль
сахар

В чашу мультиварки положить овсяную крупу, кусочек сливочного масла, залить молоко, посолить, подсластить.

Готовить в режиме «Тушение» в течение 3 часов.
Если варить кашу на утро, можно оставить в режиме подогрева до утра.

Каша из овсяных хлопьев с изюмом

1 стакан овсяных хлопьев
2 ст. ложки изюма без косточек
3 ***стакана молока (или воды)***
1/2 ***ч. ложки соли***
сахар
20 г сливочного масла

Засыпать в чашу мультиварки овсяные хлопья и промытый изюм, добавить воду или молоко, посолить, добавить сахар по вкусу.

Готовить в режиме «Молочная каша» до сигнала.
Готовую кашу перемешать, добавив сливочное масло.

Каша из овсяных хлопьев

3/4 стакана овсяных хлопьев
3 стакана молока
сливочное масло
соль
сахар

Загрузить все ингредиенты в чашу мультиварки. Готовить в режиме «Молочная каша» до сигнала.

Каша из овсяных с пряностями

1 стакана овсяных хлопьев
4 стакана молока
корица
бадьян
кориандр
1 гвоздичка
свежая цедра лимона
сахар
соль

В чашу мультиварки всыпать хлопья и залить молоком. Добавить сахар, цедру лимона, заправить пряностями по вкусу и размешать. Готовить в режиме «Молочная каша» до сигнала.

Рисовая молочная каша

1 стакан круглого риса
5 стаканов молока
5 ч. ложек сахара
1 1/2 ч. ложки соли
50 г сливочного масла

Положить все ингредиенты в чашу мультиварки. Готовить в режиме «Молочная каша» до сигнала.

Гречневая каша с сушеными фруктами

1 стакан гречневой крупы
1/2 стакана чернослива
1/2 стакана сушеных груш
4 стакана воды
4 ст. ложки сливок
соль по вкусу

Чернослив и груши промыть, замочить на 1–2 часа, отварить в течение 10–15 минут в этой же воде, отвар процедить и перелить в чашу мультиварки. Всыпать крупу. Готовить в режиме «Гречка» до сигнала. Подавать кашу с отварными сухофруктами и сливками.

Гречневая каша-размазня

1/2 ***стакана гречневой крупы***
3 стакана молока (можно пополам с водой)
1 кусочек сливочного масла
соль
сахар

Загрузить все ингредиенты в чашу мультиварки. Готовить в режиме «Молочная каша» до сигнала.

Гречка с грибами

11/2 стакана гречки
1 банка консервированных грибов
2 небольшие луковицы
оливковое масло
соль

Мелко нарезанный лук и нарезанные консервированные грибы поджарить в мультиварке на оливковом масле в течение 20 минут в режиме «Выпечка».

К луку и грибам добавить промытую гречку, налить воду выше гречки на 1–1,5 см, посолить.

Готовить в режиме «Гречка» до сигнала.

Гречневик сладкий

1 стакан гречневой крупы
2 стакана воды
2 пачки творога (или творожной массы)
3 яйца
сахар
ваниль

Загрузить в чашу мультиварки гречку, залить горячей водой, готовить в режиме «Гречка» до сигнала.

Готовую гречку немного остудить. Яйца взбить с сахаром и ванилью, смешать с гречей (на низкой скорости миксера, чтоб не размолоть гречу). Чашу мультиварки смазать маслом, присыпать манкой.

Выложить гречнево-творожную смесь, разровнять поверхность, готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Гречка с овощами

1 стакан гречневой крупы
1/2 стакана воды
1 морковь
2 стакана замороженной стручковой фасоли
соль

Морковь натереть или нарезать тонкой соломкой. Все овощи и гречку положить в чашу мультиварки, залить водой, посолить, перемешать. Готовить в режиме «Гречка» до сигнала.

Гречневая каша на грибном бульоне

1 1/2 стакана гречневой крупы
2–3 сушеных гриба
1/2 стакана сливочного масла
1/2 стакана грибного отвара

Гречневую крупу промыть и обсушить.

Положить в чашу мультиварки, перемешать с мелко нарезанными отваренными сушеными грибами, влить 1/2 стакана растопленного сливочного масла или сала и столько же подсоленного грибного отвара, чтобы он покрыл крупу.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Пшенная каша

1 1/2 стакана пшена
1 л молока
2–4 ст. ложки сливочного масла
1 ч. ложка соли
2 ***ч. ложки сахара***

Пшено промыть и ошпарить кипятком, положить в чашу мультиварки. Добавить молоко, масло, соль и сахар. Готовить в режиме «Молочная каша» до сигнала.

Пшенная каша с морковью и яблоками

1 1/2 стакана пшена
1 л молока
2 яблока
4 ст. ложки тертой моркови
4 ст. ложки сливочного масла
3 гвоздики
3 ст. ложки меда
соль по вкусу

Пшено промыть и ошпарить кипятком, положить в чашу мультиварки. Добавить молоко, масло, соль и сахар.

Готовить в режиме «Молочная каша» до сигнала.

Яблоки нарезать ломтиками, морковь натереть на мелкой терке, гвоздику растереть. Смешать все с кашей, добавить мед.

Оставить в режиме подогрева на 30 минут.

Подать с маслом.

Пшенная каша с творогом

1 стакан пшена
1 стакан творога
2 ст. ложки сливочного масла
2 ст. ложки сахара
соль по вкусу

В чашу мультиварки всыпать перебранное и промытое пшено. Залить водой так, чтобы она покрывала крупу на 1 см.

Готовить в режиме «Молочная каша» до сигнала.

Затем добавить сливочное масло, сахарный песок, творог, все хорошо перемешать и поставить режим подогрева на 15–20 минут.

Отдельно можно подать молоко, простоквашу или кефир.

Пшенная каша с изюмом

1 1/2 стакана пшена
1 л молока
3 ст. ложки сахара
1/2 стакана изюма
2–3 ст. ложки масла
соль по вкусу

Пшено промыть и ошпарить кипятком, положить в чашу мультиварки. Добавить молоко, масло, соль и часть сахара.

Готовить в режиме «Молочная каша» до сигнала.

Тем временем изюм положить в кастрюлю, всыпать остальной сахар, нагреть, помешивая, пока изюм не распарится, соединить его с кашей.

При подаче к столу полить кашу маслом.

Пшенная каша с тыквой

400 г тыквы
1 стакан пшена
2 ч. ложки сахара
1/2 ч. ложки соли
3 стакана молока
3 стакана воды
ваниль

Тыкву нарезать маленькими кубиками, положить в чашу мультиварки, залить 1 стаканом воды.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 20 минут (чтобы тыква распарилась).

По окончании режима добавить промытое пшено, сахар, соль, ваниль, залить молоком и

2 стаканами воды.

Далее готовить в режиме «Молочная каша» до сигнала.

Тыквенник с пшеном

2 стакана пшена
4 стакана молока
400 г тыквы
2 ст. ложки сливочного масла
1 ст. ложка сахара
1/2 ч. ложки соли
2 яйца

Крупу промыть и ошпарить кипятком, положить в чашу мультиварки. Добавить молоко, масло, соль и сахар.

Готовить в режиме «Молочная каша» до сигнала.

Затем добавить натертую на терке сырую очищенную тыкву, сливочное масло и 2 сырых яйца. Тщательно перемешать.

Далее готовить в режиме «Молочная каша» до сигнала.

Затем дать немного постоять и выложить на блюдо.
Отдельно подать холодное сливочное масло.

Запеканка пшенная

1 стакан пшена
1 1/2 стакана воды
1 1/2 стакана молока
1 ст. ложка сахара
2–3 яйца
1/2 стакана изюма
1 ст. ложка сухарей
1 ст. ложка масла
цедра лимона

Пшено промыть, положить в чашу мультиварки. Добавить молоко, воду, масло, соль и сахар.

Готовить в режиме «Молочная каша» до сигнала.

Добавить растертые с сахаром желтки, изюм, цедру лимона, перемешать. Ввести взбитые белки и еще раз перемешать.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Подавать с разогретым маслом или соусом из сладких ягод.

Кулеш

1 1/2 стакана пшена
3 стакана воды
2 стакана молока
2 картофелины
1/2 луковицы
1 1/2 ст. ложки сливочного масла
соль по вкусу

Промытое пшено обдать кипятком, воду слить.

Положить крупу в чашу мультиварки, залить горячей водой. Прибавить горячее молоко, мелко нарезанный картофель, слегка поджаренный в сливочном масле лук, посолить.

Все перемешать.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.
Перед подачей заправить сливочным маслом.

Кукуруза паровая

кукуруза с листьями
1 ст. ложка соли

На дно чаши мультиварки уложить кукурузные листья, на них – поломанную пополам кукурузу (если кукурузы много, можно поставить ее), добавить воду.

Готовить в течение 30 минут в режиме «Варка на пару».
По окончании режима положить соль и еще немного подержать в режиме подогрева.

Кукурузно-манная каша

500 мл молока
2 стакана воды
1/2 стакана кукурузной крупы
1/2 стакана манной крупы
соль
сахар
ванилин

Загрузить все ингредиенты в чашу мультиварки и готовить в режиме «Молочная каша» до сигнала.

Кукурузная каша

1 стакан кукурузной крупы
2 стакана молока
2 стакана воды
соль
сахар
масло сливочное

Загрузить все ингредиенты в чашу мультиварки и готовить в режиме «Молочная каша» до сигнала. Можно, чтобы каша еще немного постояла в режиме подогрева и получилась густой, развaристой и нежной.

Манная каша на клюквенном соке

1/2 стакана манной крупы
1 стакан клюквы
2 1/2 стакана воды и сока
2 ст. ложки сахара
1/2 стакана сливок
соль по вкусу

Клюкву промыть, потолочь и отжать сок. Выжимки положить в кастрюлю, залить водой и прокипятить.

Полученный отвар процедить и влить в чашу мультиварки, добавить сахар, соль.

Включить режим «Варка на пару» 10 минут.

Манную крупу развести соком клюквы.

Горячую кашу разлить на противень, дать остыть, затем нарезать на порции и подать со сливками.

Манная каша на молоке

213 стакана манной крупы
2 стакана воды
2 стакана молока
сахар
соль

Налить в чашу мультиварки молоко и воду.

Готовить в режиме «Варка на пару» в течение 10 минут.

Когда молоко закипит, добавить сахар, соль и, помешивая, медленно и аккуратно всыпать манку.

Выключив режим «Варка на пару», оставить кашу в режиме подогрева еще на 3 минуты.

Манная каша с лимонным муссом

1/2 стакана манной крупы
4 1/2 стакана молока
1 ст. ложка сливочного масла
1 ч. ложка сахара
соль
корица по вкусу
Для мусса:
1 стакан сахара
1/2 стакана распущенного в воде желатина
1 лимон

В чашу мультиварки влить молоко, готовить в режиме «Варка на пару» в течение 10 минут.

После закипания молока, добавить сахар, соль, корицу, и, помешивая, всыпать манку.

Когда каша сварится, положить сливочное масло и полить лимонным муссом.

Для мусса сахар развести в трех стаканах воды, туда же положить тонко срезанную с лимона цедру, вскипятить и влить раствор желатина.

Выжать сок из лимона прямо в массу и размешать.

Как только смесь начнет остывать, взбить ее в посуде, поставленной в маленькое ведерко со льдом.
Взбивать до тех пор, пока мусс не загустеет и не побелеет.

Классический манник

1 стакан манки
1 стакан муки
1 стакан сахара
1 стакан кефира (ряженки или другого кисломолочного напитка)
3 яйца
1 пакетик разрыхлителя
соль

Манку смешать с кефиром и оставить минимум на 30 минут для набухания.

Взбить яйца с сахаром, добавить муку с разрыхлителем и снова взбить.

Соединить две массы, перемешать, поместить в смазанную маслом чашу мультиварки.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Сверху кашу можно полить клюквой, перетертой с сахаром.

Запеканка манная с изюмом

1 стакан манной крупы
1 стакан молока
1 ст. ложка сахара
50 г дрожжей или немного соды
изюм
1 ст. ложка масла
соль

Манную крупу смешать с молоком и оставить на 1 час, чтобы крупа набухла.

Затем добавить соль, сахар, соду или растертые с сахаром дрожжи, изюм, перемешать. Выложить массу с чашу мультиварки, смазанную маслом.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

При подаче к столу можно положить на запеканку варенье или джем и полить сладким соусом.

Перловая каша

1 стакан перловой крупы
5 стаканов воды
1 стакан молока
2 ч. ложки меда
соль

Загрузить все ингредиенты в чашу мультиварки, готовить в режиме «Гречка» до сигнала. Перед едой добавить пару ложек меда.

Перловая каша с грибами

1 1/2 стакана крупы
6 стаканов воды
2 луковицы
10 сухих белых грибов
растительное масло
соль

Грибы отварить в подсоленой воде, мелко порубить и обжарить с нарезанным луком на растительном масле.

В чашу мультиварки всыпать предварительно промытую крупу и залить ее процеженым грибным бульоном.

Готовить в режиме «Гречка» до сигнала.
Приблизительно за 5 минут до окончания варки добавить в кашу грибы с луком и осторожно перемешать.

Перловая с кабачками и помидорами

1 1/2 стакана крупы
6 стаканов воды
1 кабачок
3 помидора
2 головки лука
4 ст. ложки растительного масла
2 ст. ложки рубленого укропа
соль

В чашу мультиварки влить воду положить 1 ст. ложку масла и посолить.

Всыпать крупу и готовить в режиме «Гречка» до сигнала.

Затем добавить нарезанные овощи и включить подогрев на 30–40 минут для упревания.

Готовую кашу размешать, полить маслом.

Ячневая каша

2/3 стакана ячневой крупы
500 мл молока
500 мл воды
соль
сахар

Загрузить все ингредиенты в чашу мультиварки. Готовить в режиме «Молочная каша» до сигнала.

Ячневая с салом

1 стакан крупы
3 стакана воды
50 г свиного сала
соль

В чашу мультиварки всыпать крупу, залить водой и посолить.

Готовить в режиме «Молочная каша» до сигнала.

Тем временем сало нарезать кусочками или пропустить через мясорубку и поджарить до получения шкварок.

Растопленное сало вместе со шкварками влить в кашу, размешать и оставить в режиме подогрева на 30 минут.

Молочная каша из смеси круп с овощами

1/3 стакана риса
1/3 стакана гречки
1/3 стакана перловки
2 ст. ложки изюма
4 моркови
молоко
2 ст. ложки сливочного масла
соль
сахар

Рис, гречку и перловку промыть. Изюм перебрать, промыть. Морковь почистить и нашинковать соломкой.

В чашу мультиварки положить крупу, морковь, сахар и изюм.

Залить молоком так, чтобы она покрывала содержимое чаши слоем в 1 см.

Готовить в режиме «Гречка» до сигнала.
Подавать к столу со сливочным маслом.

Крупеник из разных круп

1/2 стакана пшена
1/2 стакана риса
1/2 стакана овсяной
1/2 стакана гречневой крупы
1/2 стакана изюма
3–4 яйца
2 ст. ложки сливочного масла
2 ***стакана бульона***
соль по вкусу

Крупу тщательно промыть (каждую в отдельности). Изюм очистить от веточек, обдать кипятком.

Всю массу перемешать, добавить яйца, посолить, еще раз перемешать.

Выложить в чашу мультиварки залить мясным бульоном так, чтобы он покрывал крупу на 1 см.

Готовить в режиме «Гречка» до сигнала.
Выложить на блюдо, полить растопленным маслом и подать.

Каша с овощами «Ассорти»

1 свекла
2 моркови
200 г тыквы
1/2 стакана риса
1/2 стакана гречневой крупы
1/2 стакана пшена
50 г сливочного масла
соль

Свеклу, морковь и тыкву очистить, натереть по отдельности на крупной терке. Гречку перебрать, пшено промыть горячей водой, рис – холодной.

В чашу мультиварки слоями уложить: гречку, свеклу, рис, морковь, пшено и тыкву, посолив по вкусу.

Залить овощи и крупы водой так, чтобы она покрывала содержимое чаши слоем в 1 см.

Готовить в режиме «Гречка» до сигнала.

Перед подачей на стол готовую кашу перемешать и заправить сливочным маслом.

Мучные блюда

Была бы мука да кадушка, а по воду и сам схожу.

Пословица

В мировом производстве хлебных злаков именно пшенице принадлежит первое место. Злак этот известен с древних времен, с эпохи неолита, на всех континентах (в Европе, Азии, Африке). Изо всех видов пшеницы наибольшее значение имеют пшеница мягкая и пшеница твердая.

В зависимости от способа помола пшеничную муку делят на сорта: высший сорт, 1-й, 2-й и грубого помола. Изделия из муки высшего сорта усваиваются лучше, но преимущество сортов грубого помола заключается в том, что клетчатка, содержащаяся в отрубях, нормализует процессы пищеварения.

Муку высшего сорта (для выпечки сдобных изделий) обогащают витаминами B1, B2, PP, некоторыми минеральными веществами.

Из пшеничной муки выпускают различные виды хлеба для диетического питания. Помимо хлебобулочных изделий, из муки также делают макароны, кондитерские и иные изделия: пельмени, вареники, кнедлики.

Блюда из тонко раскатанного теста (из муки, яиц и щепотки соли) известны с незапамятных времен. Во всяком случае, в Китае ими лакомились на протяжении нескольких столетий. Знали толк в таких кушаньях и в Древнем Египте: на стенах египетских гробниц сохранились изображения людей, изготавливающих что-то вроде лапши; находят и саму лапшу, которую клали в дорогу путнику в Царство мертвых.

О существовании макаронных изделий (точнее, лапши) в античной Греции можно судить по находкам археологов – инструментов, служащих для изготовления макарон (скалки, ножи для резки теста и т. п.). Кроме того, в древнегреческой мифологии говорится, что бог Вулкан изобрел машину, которая изготавливала длинные и тонкие нити из теста. В кулинарной книге Аппикуса, жившего во времена Тиберия (I в. н. э.), описывается блюдо, напоминающее рыбную лазанью.

В Средние века макароны были распространены на Сицилии, где в то время жили арабы. Именно они первыми стали высушивать ленты теста на солнце, благодаря чему макароны приобрели ценное свойство – длительно храниться и не терять

при этом свои вкусовые достоинства. Есть мнение, что слово «maccheroni» дошло из сицилийского диалекта – «maccarruni» («обработанное тесто»). Потребность высушивать макароны, которые можно было съесть отваренными, возникла с развитием торговли и увеличением дальности морских путешествий. Нужно было продовольствие, которое можно было запасать на корабле для длительных рейсов. Моряки из Амальфи во время частых посещений Сицилии переняли искусство высушивания макарон и распространяли его в области вокруг Неаполитанского залива.

В России макароны появились чуть более 200 лет назад. При Петре I среди мастеров, завербованных для строительства судов, был некий итальянец по имени Фернандо. Большой любитель макарон, он передал секрет их приготовления русскому предпринимателю, у которого работал. Последний оценил выгоду нового изделия (макароны стоили в 5–6 раз дороже самой лучшей муки) и наладил их домашнее производство.

Мультиварка с ее режимом «Варка на пару» очень подходит для приготовления мучных изделий. Она деликатно и быстро отварит и любую пасту, и вареники, и кнедлики, и пельмени, и манты. Причем, для последних, чтобы хорошо приготовилась начинка важно приготовить тонкое тесто и хорошо его раскатать.

Лагман по-узбекски

Для теста:
500 г муки
2 яйца
1/2 стакана воды
1/2 ч. ложки соли
1/2 ч. ложки соды
Для подливки:
500 г мяса
300 мл растительного масла
1 редька
1 морковь средней величины
300 г капусты
2 картофелины
3–4 помидора
2 сладких перца
5–6 зубчиков чеснока
соль
перец
виноградный уксус

Замесить крутое тесто, дать настояться в течение 10–12 минут, тонко раскатать в большой сочень, посыпать мукой, сложить гармошкой и нарезать лапшу шириной 4–5 мм.

В чаше мультиварки довести воду до кипения в режиме «Варка на пару» всыпать лапшу и готовить 10 минут.

Лапшу промыть и откинуть на дуршлаг.

Мясо нарезать мелкими кубиками, морковь, редьку, сладкий перец и капусту – соломкой, лук – кольцами, помидоры – дольками, чеснок порубить.

В чашу мультиварки влить масло спассеровать лук, положить мясо, жарить, пока не выделится сок.

Затем положить измельченные чеснок, помидоры, сладкий перец, жарить 20 минут.

Влить немного воды, после закипания посолить, ввести специи, положить редьку и капусту.

Готовить в режиме «Тушение» 1 час.

Когда будет готова подливка, лапшу обдать кипятком, положить слоем на большое блюдо, сверху залить подливкой. При этом жидкость подливки просочится вниз, а кусочки мяса и овощей останутся сверху.

Затем положить еще слой лапши и залить подливкой.

Отдельно подается виноградный уксус и перец.

Лагман «Шелковая нить»

Для теста:
2 стакана муки
4 яйца
соль
Для подливки:
300 г баранины
или говядины
100 г масла
150 г репчатого лука
5 зубчиков чеснока
2 сладких перца
350 г помидоров
1 морковь
15 г сельдерея
15 г укропа
1 баклажан средней величины
50 г фасоли
соль
перец

Приготовить крутое тесто только из взбитых яиц, муки и соли, хорошенько вымесить, скатать в шар и оставить на 10–12 минут под салфеткой.

После чего раскатать в сочень до бумажной тонкости, посыпать мукой, скрутить в рулон и нарезать длинную и тонкую лапшу, похожую на белую нитку.

В чаше мультиварки довести воду до кипения в режиме «Варка на пару» всыпать лапшу и готовить 10 минут. Лапшу промыть холодной водой, дать стечь и смазать растительным маслом.

Для приготовления подливки нарезать лук кольцами, чеснок порубить, мясо пропустить через мясорубку с крупной решеткой или нарезать очень мелкими ку

сочками. Сладкий перец, сельдерей и укроп мелко нашинковать, помидоры нарезать тонкими дольками, а очищенный баклажан – соломкой.

В чашу мультиварки влить масло, спассеровать лук и чеснок в режиме «Выпечка» 5 минут.

Положить мясной фарш, баклажан, перец и зелень, посыпать солью и молотым перцем.

Налить необходимое количество воды.

Готовить в режиме «Тушение» 1 час.

Отдельно отварить фасоль и очищенную морковь.

При подаче на стол лапшу выложить на блюдо, на середину положить мясной фарш, окруженный овощами, сверху посыпать отварной фасолью и нашинкованной соломкой отварной морковью.

Лагман из тянутого теста

Для теста:
500 г муки
1 яйцо
1/2 ч. ложки соли
1/2 ч. ложки соды
1/2 стакана теплой воды
1/2 стакана растительного масла для смазки
Для подливки:
500 г мяса
150 г репчатого лука
1 редька
1 морковь средней величины
300 г капусты
1 баклажан
1 головка чеснока
3 сладких перца
3 помидора
300 мл растительного масла
соль
перец

Замесить тесто средней крутости из муки и взбитого яйца, скатать в шар, положить в миску, накрыть салфеткой, дать настояться в течение 1 часа.

После этого тесто смазать раствором соли и соды, еще раз обмять так, чтобы соле-содовый раствор полностью впитался в тесто.

Затем тесто разделить на небольшие ровные кусочки.

Скатав ладонями, придать им форму шарика величиной с грецкий орех.

Каждый шарик положить на разделочную доску и, катая ладонями, сформовать жгутики длиной и толщиной с карандаш, уложить жгутики на тарелку рядами.

Чтобы не прилипали друг к другу и приобрели тягучесть, смазать их маслом.

После этого каждый жгутик вытянуть в более тонкую, длинную лапшу.

Для этого взять жгутик за оба конца и, ударяя его серединой об стол, растянуть до 1 м, сложить вдвое, проделать эту операцию вторично. Сложить еще раз вдвое и вытянуть длинную круглую лапшу, как макароны.

Таким способом вытянуть все жгутики.

В чаше мультиварки довести воду до кипения в режиме «Варка на пару» всыпать лапшу и готовить 10 минут. Лапшу промыть холодной водой и откинуть на дуршлаг.

Для приготовления подливки мясо нарезать кубиками, морковь, редьку, сладкий перец, капусту и баклажан – соломкой, лук – полукольцами, помидоры – дольками, чеснок порубить.

В чашу мультиварки влить масло, спассеровать лук до золотистого цвета, добавить мясо.

Обжаривать в режиме «Выпечка» 20 минут.

Затем положить измельченные чеснок, помидоры, сладкий перец и баклажан и жарить еще 10 минут.

Налить немного воды, посолить, добавить специи, положить редьку и капусту.

Готовить в режиме «Тушение» в течение 1 часа.

При подаче на стол лагман обдать кипятком, положить в глубокие тарелки, налить подливку, посыпать черным перцем и рубленым чесноком.

Отдельно можно подать виноградный уксус.

Лагман из тонкотянутого теста

Для теста:
500 г муки
1 яйцо
1/2 ч. ложки соли
250 мл растительного масла
Для подливки:
500 г баранины
100 г жира
2–3 головки лука
5–6 долек чеснока
2 помидора или 1 ст. ложка томатной пасты
1 морковь
1 редька средней величины или 3–4 редиски
200 г капусты или 1 баклажан
1 пучок зелени
соль и перец

Замесить тесто из муки, масла и взбитого яйца, скатать в шар, положить в миску, накрыть салфеткой, дать настояться 1 час. Затем тесто смазать раствором соли и соды, еще раз обмять. Вытянуть длинные жгутики величиной с тонкую вермишель.

В чаше мультиварки довести воду до кипения в режиме «Варка на пару» всыпать лапшу и готовить 10 минут. Лапшу промыть водой и откинуть на дуршлаг.

В чашу мультиварки влить масло, спассеровать нашинкованный лук и чеснок в режиме «Выпечка» 5 минут. Положить мелко нарезанное мясо или фарш из баранины, добавить помидоры или томат-пасту.

Положить нарезанные соломкой морковь, редьку или редис, капусту или баклажан и нашинкованную зелень петрушки, укропа или сельдерея, соль и перец.

Налить необходимое количество воды.

Готовить в режиме «Тушение» 1 час.

Перед подачей лапшу обдать кипятком, положить в глубокие тарелки и налить подливку.

Лагман на укропном настое

Для теста:
500 г муки
1 стакан воды
Для настоя:
250 г укропа
1/2 ч. ложки соли
2 стакана кипятка
Для подливки:
500 г мяса
2 головки репчатого лука
2 помидора или 1 ст. ложка томатной пасты
2 картофелины
100 г топленого масла для обжаривания
соль
перец
2 стакана кислого молока

В эмалированную кастрюлю положить свежий мелко нарубленный укроп, залить кипятком, как заваривают чай, плотно закрыть крышкой и отставить, пока вода не охладится до комнатной температуры.

После этого укроп хорошо отжать, настой процедить через марлю и на нем замесить крутое тесто.

Раскатать его в тонкий пласт и нарезать лапшу.

В чаше мультиварки довести воду до кипения в режиме «Варка на пару» всыпать лапшу и готовить 10 минут.

Лапшу промыть холодной водой и откинуть на дуршлаг.

Для приготовления подливки мясо и указанные в рецепте овощи нарезать на мелкие кусочки, обжарить в раскаленном жире до полуготовности. Залить водой, дать закипеть, потушить до полной готовности на медленном огне, посолить, поперчить.

Перед подачей на стол лапшу обдать кипятком, положить в тарелки порционно.

Сверху залить подливкой, в каждую порцию положить 2 ст. ложки взбитого кислого молока и посыпать измельченным укропом.

Лагман паровой

*Для **теста:***
500 г муки
1 яйцо
1/2 ч. ложки соли
1/2 стакана воды
Для подливки:
450 г мясного фарша
100 г масла
1 морковь
1 редька
1 картофелина
200 г капусты
1 баклажан
2 сладких перца
2–3 помидора
2 головки репчатого лука
10 долек чеснока

Замесить тесто, как на другие варианты лагмана, вытянуть или нарезать лапшу или же использовать полуфабрикат лагманного теста.

В чашу мультиварки влить масло, спассеровать лук и чеснок в режиме «Выпечка» 5 минут.

Положить крупномолотый фарш из говядины, морковь, нарезанную соломкой, кружочки сладкого перца, дольки помидоров и баклажанов, нарезанные брусочками.

Готовить в режиме «Выпечка» 20 минут.

Затем положить кубики картофеля, рубленую капусту и редьку, нашинкованную соломкой, залить водой так, чтобы она полностью покрыла содержимое, ввести специи (лавровый лист, зиру, кореандр).

Готовить в режиме «Тушение» 1 час.

За 15 минут до готовности кушанья сверху подливки положить ровным слоем подготовленную лапшу.

Если влаги в соусе недостаточно, долить кипяток так, чтобы слегка покрыть лапшу.

По готовности лапшу порционно разложить в глубокие тарелки, залить подливкой, посыпать рубленой зеленью, отдельно подать виноградный уксус и черный молотый перец.

Отварная лапша с кислым молоком

Для теста:
500 г муки
2 яйца или 1 стакан молока
1/2 ч. ложки соли
Для пассеровки:
150 г топленого масла или бараньего жира
3–4 головки репчатого лука
соль
перец
1 стакан кислого молока для заправки

Замесить довольно крутое тесто на молоке или яйцах, скатать в шар, накрыв салфеткой, дать расстояться минут 10–15. Затем тесто тонко раскатать и нарезать лапшу шириной в 0,5 см и длиной в 15–20 см.

Стряхнуть муку, дать лапше подсохнуть несколько минут.

В чаше мультиварки довести воду до кипения в режиме «Варка на пару» всыпать лапшу и готовить 10 минут.

Лапшу промыть и откинуть на дуршлаг.

Уложить на блюдо, сверху посыпать спассерованным луком, черным перцем и полить кислым молоком.

Густая отварная лапша с подливой

Для теста:
500 г муки
2 яйца
1/2 ч. ложки соли
1/2 ч. ложки пищевой соды
Для подливки:
500 г мяса
300 мл растительного масла
по 1 редьке и моркови средней величины
300 г капусты
2 картофелины
3–4 помидора
2 ***сладких перца***
5–6 долек чеснока
соль
перец

Тесто приготовить, как на лапшу, после 10-12-минутной расстойки тонко (в 2 мм) раскатать в большой сочень, посыпать мукой, сложить гармошкой и нарезать лапшу шириной 4–5 мм.

В чаше мультиварки довести воду до кипения в режиме «Варка на пару» всыпать лапшу и готовить 10 минут. Лапшу промыть

холодной водой и откинуть на дуршлаг.

Для приготовления подливки сало и мясо нарезать мелкими кубиками, морковь, редьку, сладкий перец и капусту соломкой, лук кольцами, помидоры дольками, чеснок порубить.

В чашу мультиварки влить масло, спассеровать в нем лук в режиме «Выпечка» в течение 10 минут.

Положить мясо, жарить, пока не выделится сок, положить чеснок, помидоры, сладкий перец, жарить еще 20 минут.

Налить немного воды, после закипания попробовать на соль, ввести специи, положить редьку и капусту.

Готовить в режиме «Тушение»

1 час.

Если влага испарится, налить немного бульона, в котором варилась лапша.

Консистенция подливки должна быть полужидкой. Когда будет готова подливка, лапшу обдать кипятком, положить слоем на большое блюдо, сверху залить подливкой.

При этом жидкость подливки просочится вниз, а кусочки мяса и овощей останутся сверху.

Затем еще положить слой лапши и залить подливкой. Отдельно подать виноградный уксус и перец.

Манты из кислого теста с открытым фаршем

Для теста:
500 г муки
20 г дрожжей
1 стакан воды
1/2 ч. ложки соли
Для фарша:
1 кг мяса
1 яйцо
2–3 головки репчатого лука
соль
перец

Приготовить дрожжевое тесто, разделить на кусочки, скатать в шарики и, придавив ладонями, сделать тонкие лепешечки.

В каждую положить фарш и оформить манты в виде ватрушек – прищипнув края теста, оставить на середине отверстие величиной с орех.

В чашу мультиварки влить воду. Манты уложить в корзинку для приготовления на пару.

Готовить 40 минут в режиме «Варка на пару».

Для приготовления фарша баранину вместе с говядиной пропустить через мясорубку, добавить лук, нашинкованный кольцами,

вбить яйцо, посыпать солью и перцем, перемешать.

Готовые манты подать на стол, капнув в открытую часть виноградный уксус.

Манты с картофелем

Для теста:
500 г муки
1 яйцо
1/2 стакана воды
1 ч. ложка соли
Для начинки:
1 кг картофеля
280 г репчатого лука
200 г топленого масла
1 ч. ложка соли
1 ч. ложка черного перца

Картофель нашинковать соломкой или нарезать мелкими кубиками, добавить топленое масло, заправить солью и черным молотым перцем.

Приготовить крутое тесто, скатать в шар, завернуть в салфетку и дать настояться 10 минут. Затем обмять еще раз, опять скатать в шар, придать форму круглой лепешки и тонко раскатать в пласт, разрезать на квадратики размером 10 × 10 см.

Положить картофельную начинку и сформовать манты.
Готовить 40 минут в режиме «Варка на пару».

Манты по-андижански

Для теста:
500 г муки
1 яйцо
1 ч. ложка соли
1/2 стакана воды
Для фарша:
1 кг жирной баранины
500 г репчатого лука
1 яйцо
соль
перец

Из жирной баранины сделать фарш, добавить рубленый лук, соль, перец, вбить яйцо и хорошенько перемешать. Замесить крутое тесто, скатать в шар, дать расстояться минут 10–15 под влажной салфеткой.

Затем разделить тесто на куски по 150 г, скатать в шарики размером с апельсин, при помощи короткой скалки раскатать их в сочни с пирожковую тарелку, толщиной в 3 мм.

На каждый положить горсть (примерно 250–300 г) фарша и оформить манты относительно больших размеров яйцевидной или шарообразной формы.

В чашу мультиварки влить воду. Манты уложить в корзинку для приготовления на пару.

Готовить 50 минут в режиме «Варка на пару».

Затем манты положить в глубокие тарелки по 1 шт. на порцию, залить мясным (костным) бульоном, посыпать черным молотым перцем.

Отдельно подать кислое молоко или виноградный уксус.

Манты с добавлением редьки

Для теста:
500 г муки
1 яйцо
1 ч. ложка соли
Для фарша:
300 г баранины
300 г говядины
100 г курдючного сала
500 г репчатого лука
200 г редьки
1/2 ***стакана соленого раствора***
красный перец

Из всех указанных ингредиентов приготовить тесто.

Для приготовления фарша равное количество баранины и говядины пропустить через мясорубку с крупной решеткой или нарезать мелкими кусочками (кубиками по 0,5 × 0,5 см).

Смешать с нашинкованным или рубленым луком, добавить в фарш редьку.

Для этого очищенную редьку нарезать кружочками толщиной в 0,5 см, отварить в подсоленной воде, охладить и нарезать кубиками примерно 0,5 × 0,5 см.

Редьку смешать с фаршем, заправить перцем и соленым раствором (2 ч. ложки соли на 1/2 стакана воды).

Приготовленное тесто тонко раскатать, нарезать квадратиками по 10 × 10 см.

На каждый квадратик положить горсть мясного фарша с вареной редькой и оформить манты четырехугольной формы.

В чашу мультиварки влить воду. Манты уложить в корзинку для приготовления на пару.

Готовить 40 минут в режиме «Варка на пару».

Подать на блюде несколько порций вместе по 4–6 шт. на порцию, смазав сливочным маслом.

Манты с тыквой

Для теста:
500 г муки
1 яйцо
1 ч. ложка соли
Для начинки:
1 кг очищенной тыквы
4–5 головок репчатого лука
1 ч. ложка молотого перца
1 ч. ложка соли
100 г бараньего сала или
200 г шкварок от него

Из указанных ингредиентов приготовить тесто.

На каждый квадратик положить тыквенную начинку и сделать манты овально-фигурной формы.

Для приготовления начинки выбрать сорт очень спелой тыквы, очистить от кожуры и семян, натереть на терке или лучше всего нарезать «горошком» – кубиками 0,5 × 0,5 см.

Добавить нашинкованный лук, соль, перец, шкварки или мелконарезанное курдючное сало, все хорошенько перемешать.

Если тыква не очень сладкая на вкус, добавить 1 ст. ложку сахарного песка.

В чашу мультиварки влить воду. Манты уложить в корзинку для приготовления на пару.

Готовить 40 минут в режиме «Варка на пару».

При подаче на стол уложить манты на блюдо, смазать топленым (сливочным) маслом или полить сметаной.

Манты, сваренные в бульоне

Для теста:
500 г муки
1 яйцо
1/2 стакана молока
1 ч. ложка соли
Для фарша:
1 кг мяса
500 г репчатого лука
150 г курдючного или нутряного сала
соль
перец
1 стакан кислого молока для заправки
35 г зелени кинзы

Яйцо взбить с молоком до получения однородной пенистой жидкости, растворить соль и на этой основе замесить крутое тесто, тонко раскатать в маленькие круглые сочни.

Для приготовления фарша жирную мякоть баранины пропустить через мясорубку с крупной решеткой или нарезать мелкими кусочками.

Сало нарезать квадратиками или ломтиками величиной с миндальный орех.

Добавить лук, нашинкованный кубиками или кольцами. В фарш положить черный молотый перец, раствор соли и хорошенько перемешать.

В чашу мультиварки влить бульон и довести его до кипения в режиме «Варка на пару».

Готовить 40 минут в режиме «Варка на пару».

Манты вынуть дуршлагом и положить в глубокие тарелки.

Залить приготовленным бульоном, заправить кислым молоком, посыпать мелко нарезанной зеленью.

Перед подачей на стол манты полить сметаной или смазать топленым маслом.

Манты с маринованным мясом

Для теста:
500 г муки
3 яйца
1 ч. ложка соли
Для фарша:
300 г баранины
300 г курдючного сала
150 г репчатого лука
по 1 ч. ложке соли, перца, зиры, кориандра
2 ст. ложки виноградного уксуса или 1/2 стакана вишневого, гранатового или томатного сока

Из окорочной части баранины и курдючного сала нарезать кусочки по 10–15 г.

Положить их в глиняную обливную или эмалированную посуду, добавить пропущенный через мясорубку лук, соль, виноградный уксус и специи.

Все хорошенько перемешать и поставить в прохладное место на 2–3 часа для маринования.

Замесить тесто на яйцах, дать настояться 10–12 минут, затем раскатать в тонкий пласт и нарезать квадратиками 7х7 см.

Положить на середину каждого квадратика теста по кусочку маринованного мяса и сала, сформовать манты.

В чашу мультиварки влить воду. Манты уложить в корзинку для приготовления на пару.

Готовить 50 минут в режиме «Варка на пару».

Подать к столу на блюде, полив кислым молоком. Отдельно подать кольца репчатого лука с уксусом и черным перцем.

Манты с курдючным салом и сахаром

500 г муки
30 г дрожжей
1 ч. ложка соли
100 мл воды
500 г курдючного сала
150 г сахара
300 г кислого молока для заправки

Дрожжи растворить в теплой воде, добавить соль, муку и замесить крутое тесто. Накрыв салфеткой, сверху – полотенцем, поставить в теплое место для подъема. Затем скатать шарики величиной с грецкий орех и, придавив ладонями, придать им вид лепешек толщиной в 2–3 мм.

На середину каждой положить по 1 ст. ложке приготовленной начинки и сформовать манты.

Для начинки курдючное сало нарезать кубиками, посыпать сахаром и перемешать.

В чашу мультиварки влить бульон. Манты уложить в корзинку для приготовления на пару.

Готовить 40 минут в режиме «Варка на пару».

При подаче положить в глубокие тарелки и залить бульоном, разведенным кислым молоком.

Пельмени паровые

Для теста:
500 г муки
1 яйцо
1/2 стакана воды
1 ч. ложка соли
Для фарша:
500 г баранины (или 250 г баранины и 250 г говядины)
280 г репчатого лука
1 ч. ложка соли
1/2 ч. ложки черного молотого перца

Из указанных ингредиентов замесить крутое тесто, скатать в шар, положить в миску, накрыть салфеткой, дать настояться 10–12 минут.

Затем еще раз обмять и раскатать сочень толщиной 2 мм, нарезать квадратики по 4х4 см.

Положить на середину каждого квадратика по 1 ч. ложке мясного фарша и сформовать пельмени.

Для приготовления фарша мясо и лук пропустить через мясорубку, добавить соль, перец и перемешать.

В чашу мультиварки влить воду. Пельмени уложить в корзинку для приготовления на пару.

Готовить 40 минут в режиме «Варка на пару».

Готовые пельмени положить на большое блюдо, смазать сливочным маслом, посыпать рубленой зеленью или спассерованным репчатым луком.

Отдельно подать к столу кислое молоко или виноградный уксус.

Пельмени запеченные

Для теста:
2 стакана муки
1/2 стакана молока
1/3 стакана воды
1 ч. ложка растительного масла
1 яйцо
соль по вкусу
Для фарша:
300 г мякоти говядины
300 г мякоти свинины
1 луковица
2–3 дольки чеснока
3/4 стакана молока
соль
перец по вкусу

Смешать воду с молоком и солью. Высыпать муку на стол горкой. Сделать в ней углубление в виде воронки и, постепенно вливая воду с молоком, заместить тесто. В конце добавить масло.

Тесто очень тонко раскатать скалкой и затем рюмкой или специальной выемкой вырезать из него кружочки.

Разделать тесто можно и другим способом: разрезать на

3 равных куска, и каждый из них скатать в длинный жгут толщиной со средний палец. Потом разрезать жгуты на кусочки величиной с грецкий орех и раскатать их в очень тонкую круглую лепешку диаметром 4–5 см.

Положить немного фарша на каждую лепешку и защипнуть ее края так, чтобы получился полумесяц.

В чашу мультиварки влить немного масла, выложить пельмени и готовить в режиме «Выпечка» 40 минут.

За 20 минут до готовности перемешать и залить 100 мл воды.

Для приготовления фарша пропустить мясо, лук и чеснок через мясорубку. Фарш посолить и поперчить. Добавить в него молоко и хорошо размешать фарш.

Готовые пельмени можно полить сметаной.

Пельмени с кислым молоком

Для теста:

- *150 г пшеничной муки*

Для фарша:

- *400 г говядины*
- *50 мл воды*
- *150 г репчатого лука*
- *черный молотый перец*
- *соль*
- *150 мл кислого молока*
- *красный молотый перец*
- *зелень*

Мясо пропустить через мясорубку вместе с репчатым луком, добавить воду, соль, перец и перемешать. Замесить пресное тесто и раскатать его в пласт толщиной в 1–2 мм. Затем нарезать из него квадраты (30 × 30 мм), положить на них фарш, свернуть с угла на угол и защипать края.

В чашу мультиварки влить воду и довести ее до кипения в режиме «Варка на пару». Положить пельмени и готовить в течение 40 минут.

Перед подачей на стол заправить кислым молоком, красным перцем и посыпать зеленью.

Пельмени с яйцом

Для теста:
500 г муки
1 стакан молока
1/2 ч. ложки соли
Для начинки:
15 яиц
280 г репчатого лука
150 г топленого масла
соль
перец

Тесто замесить на молоке, раскатать в тонкий пласт, разрезать на квадратики 5х5 см.

Для начинки яйца отварить вкрутую, очистить и порубить.

Добавить пассерованный в топленом масле лук, заправить солью и перцем. Этим начинить пельмени.

В чашу мультиварки влить воду и довести ее до кипения в режиме «Варка на пару». Положить манты и готовить в течение 20 минут.

Выложить на блюдо, смазать маслом и посыпать перцем.

Пельмени из вяленых помидоров

Для теста:
500 г муки
2 яйца
1 ч. ложка соли
Для начинки:
500 г вяленых помидоров
500 г репчатого лука
150 г сала
1 ч. ложка черного перца
50 г топленого (сливочного) масла для смазывания готового блюда

Приготовить тесто на яйцах, сделать пельмени. Начинку приготовить из вяленых помидоров.

Для этого вяленые помидоры промыть в холодной воде и замочить в горячей на 15–20 минут. Затем отжать их, мелко порубить, добавить нашинкованный

лук и кубики бараньего сала (можно заменить топленым, сливочным маслом), посыпать молотым перцем.

Поскольку в процессе вяления помидоры обычно посыпаются солью, солить не надо. Этой начинкой начинить пельмени.

В чашу мультиварки влить воду. Пельмени уложить в корзинку для приготовления на пару.

Готовить 30 минут в режиме «Варка на пару».
При подаче положить на тарелки и смазать маслом.

Пельмени с зеленью

Для теста:
500 г муки
1 яйцо
1/2 стакана воды
1/2 ч. ложки соли
Для начинки:
по 2 пучка укропа, кинзы, петрушки, сельдерея, зеленого лука и зеленого чеснока
100 г листьев базилика
100 г листьев тимьяна
180 г репчатого лука
200 г шкварок
4 яйца
соль
перец

Приготовить крутое тесто, дать настояться 15 минут, затем раскатать в пласт толщиной 2 мм, нарезать квадратиками.

Приготовить начинку. Собрать листья базилика, тимьяна, стебли и листья кинзы, укропа, сельдерея, петрушки, зеленого лука и чеснока, все хорошенько промыть в проточной воде, мелко порубить.

Добавить мелко нашинкованный репчатый лук, шкварки от курдючного сала, рубленые вареные яйца, соль, молотый перец и слегка потушить до выделения сока зелени. С этой начинкой сформовать пельмени.

В чашу мультиварки влить воду и довести ее до кипения в режиме «Варка на пару». Положить пельмени и готовить в течение 20 минут.

Готовые пельмени вынуть дуршлагом, уложить на блюдо и смазать растопленным маслом или полить сметаной.

Конвертики с яйцами

Для теста:
500 г муки
1 стакан молока
1/2 ч. ложки соли
Для начинки:
15 яиц
280 г репчатого лука
150 г топленого масла
2 ч. ложки соли
1 ч. ложка черного молотого перца

Приготовить тесто на молоке, раскатать тонким пластом, вырезать из него стаканом кружочки, сложить каждый кружок вдвое, защипнуть на две трети, оставив «горлышко» для наполнения.

Для приготовления начинки разогреть в чаше мультиварки топленое масло, спассеровать в нем кольца лука в режиме «Выпечка» 15 минут. Затем охладить.

В миску разбить яйца, посыпать солью и перцем, соединить с подготовленным луком и маслом, взбить.

В каждый конвертик из теста в виде полумесяца влить по 1 ст. ложке начинки, защипнуть «горлышко».

В очищенную чашу мультиварки влить воду и довести ее до кипения в режиме «Варка на пару».

Положить конвертики и готовить в течение 15–20 минут.
Затем вынуть их дуршлагом, разложить на большое блюдо, полить сметаной и подать на стол.

Паровые пампушки

500 г муки
15 г дрожжей
1 стакан воды
1/2 *ч. ложки соли*
200 г топленого или сливочного масла

Дрожжи растопить в теплой воде, добавить соль, муку.

Замесить тесто, поставить в теплое место, дать подняться, после чего, посыпав мукой, обмять, скатать в шар.

Затем, обминая кулаками и ладонями, придать форму лепешки и при помощи длинной скалки раскатать в пласт толщиной 1 мм.

Из пласта нарезать ленты шириной в 4–5 см и длиной в 40–50 см, эти полоски смазать сметаной или топленым маслом, сложить друг на друга по 10–12 шт.

Свернуть серпантином, затем, скручивая между ладонями, придать несколько округлую форму.

В чашу мультиварки влить воду. Уложить пампушки в корзинку для приготовления на пару и готовить 30 минут в режиме «Варка на пару».

Пампушки смазать маслом или сметаной.

Паровые пампушки сладкие

1 кг муки
30 г дрожжей
2 ***стакана теплой воды***
2 ***ч. ложки соли***
500 г сахарного песка или пудры
200 г сметаны 50 %-ной жирности
50 г сливочного или топленого масла

Приготовить дрожжевое тесто. Обмять с добавлением сахарного песка (если сжижается, добавить немного муки). Затем тесто разделить ровно на две части, скатать в шар, завернуть в салфетку и дать отстояться 2–3 минуты.

Затем обе половинки раскатать в сочни. Из одного сочня нарезать лапшу шириной в 1 см, а из другого квадратики размером 15 × 15 см. В лапшу ввести густую сметану и сахар, смешав так, чтобы лапша не помялась.

Эту начинку положить на квадратики и сделать пампушки четырехугольной формы.

В чашу мультиварки влить воду. Пампушки уложить в корзинку для приготовления на пару.

Готовить 20 минут в режиме «Варка на пару».

Перед подачей на стол положить в каждую тарелку по 2 штуки и смазать топленым или сливочным маслом.

Паровой рулет с мясным фаршем

Для теста:
500 г муки
1 яйцо
1/2 стакана воды
1/2 ч. ложки соли
50 г маргарина для смазки
Для фарша:
500 г баранины или говядины
150 г репчатого лука
перец
соль

Замесить тесто, разделить на куски, скатать в шары и дать настояться 10–15 минут.

Затем тонко раскатать, смазать маргарином и начинить мясным фаршем.

Для приготовления фарша жирную баранину или говядину пропустить через мясорубку с мелкой решеткой.

Соединить с тонко нашинкованным луком, посыпать солью и перцем и хорошенько перемешать, обминая пальцами.

Разложить этот фарш ровным слоем на пласт и аккуратно свернуть рулетом.

В чашу мультиварки влить воду. Рулет уложить в корзинку для приготовления на пару.

Готовить 50 минут в режиме «Варка на пару».

Паровой рулет с картофельной начинкой

Для теста:
500 г муки
1 яйцо
1/2 стакана воды
1/2 ч. ложки соли
50 г маргарина для смазки
Для фарша:
250 г картофеля
150 г репчатого лука
1 ст. ложка томатной пасты
125 г жира
перец
соль
Для подливы:
50 г топленого или 75 г сливочного масла

Из муки, яйца, воды и соли замесить крутое тесто. Затем разделить его на куски, скатать в шары и дать настояться 10 минут, тонко раскатать, смазать маргарином и начинить.

Для начинки картофель, вымыть и нашинковать соломкой.

В сковороде перекалить масло, спассеровать лук, положить картошку, посыпать солью, добавить томатную пасту и обжарить до смягчения картофеля, охладить. После этого положить картофельную начинку на сочень ровным слоем и скрутить в рулет и.

В чашу мультиварки влить воду. Рулет выложить в корзинку для приготовления на пару.

Готовить 30 минут в режиме «Варка на пару».

Перед подачей нарезать на небольшие дольки и полить согретым топленым или сливочным маслом.

Паровой рулет

Для теста:
500 г муки
1 яйцо
1/2 стакана воды
1/2 ч. ложки соли
150 г топленого или сливочного масла или 200 г жирной сметаны

Замесить тесто, разделить на куски по 250–300 г, скатать в шары, накрыть салфеткой и дать настояться 10–15 минут.

Затем каждый шар тонко, примерно в 1 мм, раскатать на круглые пласты. Каждый пласт смазать топленым или сливочным маслом или сметаной, затем свернуть рулетом.

В чашу мультиварки влить воду. Рулет уложить в корзинку для приготовления на пару.

Готовить 30 минут в режиме «Варка на пару».

Лазанья

2 свежих помидора
1 морковь
листы для лазаньи
700 кг фарша
50 г сыра пармезан
200 г твердого сыра
2 небольших луковицы
4 зубчика чеснока
3 стакана молока
100 г сливочного масла
специи
свежая зелень

Лук, чеснок мелко порезать, морковь натереть на терке.

Обжарить овощи в чаше мультиварки в режиме «Выпечка» минут 10–15, затем добавить туда же фарш, тушить еще минут 20.

С помидоров снять кожицу, измельчить в блендере или натереть. Добавить в зажарку и тушить еще 5 минут.

Для приготовления соуса в кастрюле растопить сливочное масло, добавить туда специи, тщательно перемешать. Тонкой струйкой влить молоко и опять хорошенько перемешать. Соус должен по консистенции напоминать сметану. Сыр натереть на мелкой терке и смешать с соусом.

В очищенную чашу мультиварки выложить листы лазаньи, затем фарш, соус и сыр. Так примерно 6 слоев. В самом верху должен быть сыр и зелень.

Готовить в режиме «Тушение» 2 часа.

Лазанья овощная

4 листа лазаньи
50 г цуккини
1 маленький баклажан
1 сладкий перец
2 помидора
250 м молока
2 зубчика чеснока
1 ст. ложка муки.
прованские травы
40 г твердого сыра
соль по вкусу
черный молотый перец
растительное масло

Баклажаны и цуккини нарезать тонкими пластинками и обжарить с двух сторон на растительном масле.

Горячие баклажаны и цуккини посолить, поперчить и посыпать мелко рубленным чесноком. Перец запечь в духовке, затем снять кожицу, удалить семена и нарезать на 6–8 пластинок. Помидоры крестообразно надрезать, залить крутым кипятком на 2 минуты, затем удалить кожицу и нарезать ломтиками.

Муку высыпать в чашу мультиварки, добавить 3 ст. ложки молока, перемешать и постепенно ввести остальное молоко. Добавить соль, перец и прованские травы.

Готовить в режиме «Выпечка» 10 минут, при непрерывном помешивании.

В очищенную чашу мультиварки влить немного масла и соуса бешамель. Положить лист теста. Сверху полить соусом и положить слой обжаренных цуккини и слой помидоров.

Сверху закрыть листом теста, полить соусом, выложить баклажаны и помидоры. Затем – третий лист теста, соус бешамель и перец. Сверху снова помидоры. Последний слой теста полить соусом и посыпать тертым сыром.

Готовить в режиме «Тушение» 2 часа.

Пироги и пирожки

Красна река берегами, обед – пирогами

Пословица

Если в пирожки вложили душу, – они хороши и без начинки.

А. Иванов

Пироги – это основа, стержень русского пиршества, не имеющего аналогов в кухне других народов, это и древний ритуал, и просто праздник на столе. Не будет преувеличением сказать, что всевозможные пироги и пирожки связывали как бы в единый сюжет «подачи» (первые и вторые блюда) русской трапезы. Ими заедали щи, похлебки, ухи; между переменами ели пироги.

Рецепты пирогов отрабатывались веками, передавались из поколения в поколение, тем не менее, каждая хозяйка стремилась привнести в них что-либо свое. Пироги отличались по составу, способу приготовления теста (дрожжевые, слоеные, пресные и т. д.), форме (открытые, закрытые, маленькие и большие, круглые и квадратные и т. д.), начинке, способу тепловой обработки: пряженые (жареные) и подовые (печеные). Начинка делалась в скоромные дни из мяса, в постные – из рыбы.

В крестьянских семьях для пирогов использовалась домашняя ржаная и пшеничная мука, с начинкой из овсяной крупы, творога, гороха, гречневой каши, рыбы, реже из мяса. В зажиточных семьях пироги пекли из хорошо просеянной белой пшеничной муки.

Большинство пирогов русской кухни выпекается из дрожжевого теста. Даже у одной хозяйки тесто всегда выходит разным. Процесс его приготовления сложный и зависит от множества факторов: свежести дрожжей, качества муки, молока, воды, окружающей температуры и многих других.

Возможно, тоска по очагу, по старинным временам является главной причиной нашей безграничной любви к всевозможной выпечке. Из названия этого одного из самых распространенных методов кулинарной обработки ясно, что «плясали» от печки. (При выпечке тесто подвергается воздействию сухого тепла в духовке.)

Пекарское искусство – густые дебри, и отыскать дорогу в них

по силам далеко не всем. Мультиварка не только значительно упрощает процесс приготовления пирогов и пирожков, но открывает целый пласт кулинарных изысков и простых вкусностей. Любая выпечка в мультиварке получается прекрасно. Дело в том, что мультиварка лучше сохраняет тепло, чем духовка, поэтому и выпечка получается пышнее.

В специальном режиме «Выпечка» тесто не подгорает, получаются пироги и пирожки без подгорелой корочки сверху, а только с легким румянцем. Продолжительность выпечки зависит от размера, формы изделия и сдобности его. Мелкие, низкие и малосдобные изделия выпекаются быстрее, чем крупные, высокие и с большим количеством сдобы.

Готовность изделия определяют по цвету корки или на излом, или при помощи деревянной некрашеной палочки. Если палочка, воткнутая в изделие и сейчас же вынутая, осталась сухой и к ней не прилипло сырое тесто, то это указывает на окончание выпечки.

Ривьерский пирог

Для теста:

450 г пшеничной муки

225 г нарезанного маленькими кубиками сливочного масла

2 слегка взбитых яйца

3 ст. ложки оливкового масла

Для начинки:

3 ст. ложки оливкового масла (плюс еще немного, если понадобится)

1 мелко нарезанная луковица

1 мелко нарезанный зубчик чеснока

400 г промытого шпината

400 г консервированных артишоков в рассоле (обсушить и разрезать пополам)

6 вареных яиц

Приготовить тесто, перетерев пальцами муку и масло, пока не получится однородная мелкая крошка. Смешать яйца, оливковое масло и 1/2 ч. ложки соли с мукой – если тесто слишком крошится, добавить 1 ст. ложку теплой воды. Завернуть его в пленку и охлаждать как минимум 1 час – а лучше оставить на ночь.

Для приготовления начинки нагреть 1 ст. ложку оливкового масла в большой сковороде или воке, добавить лук и обжарить его на медленном огне 4–5 минут, до золотистого цвета.

Добавить чеснок и готовить еще 2 минуты. Переложить смесь в большую миску.

В той же сковороде нагреть еще одну столовую ложку масла и обжарить шпинат порциями, по 3–4 минуты, пока он не завянет, перекладывая каждую порцию в дуршлаг, чтобы шпинат стек (после первой порции, возможно, придется добавить еще немного масла в сковороду).

Когда весь шпинат обжарен, нагреть еще 1 ст. ложки масла в сковороде и обжарить артишоки в течение 3–4 минут, пока они не начнут покрываться коричневой корочкой. Переложить артишоки и обсушенный шпинат в миску к луку и чесноку и перемешать и приправить. Накрыть крышкой и дать полностью остыть. Яйца сварить и очистить.

Разделить тесто на 2 части, один кусок больше, чем другой. Раскатать в круги и подравнять края.

Смазать маслом чашу мультиварки и проложить дно кругом из теста большего размера так, чтобы края поднимались над стенками.

Положить начинку. Яйца разрезать пополам и положить их срезом вверх в начинку.

Смазать края теста оливковым маслом и накрыть оставшимся кругом теста, как крышкой, защипывая края. Украсить листиками из теста, и смазать оливковым маслом.

Готовить в режиме «Выпечка» 50-1 час.

Дать остыть пирогу до комнатной температуры и подать.

Сицилийский пирог

Для теста:
3 яйца
400 г муки
350 г сахара
100 г маргарина
1 пакетик сухих дрожжей
Для начинки:
400 г рикотты
100 г цукатов кубиками
100 г рубленного черного шоколада
100 г персикового варенья
немного корицы
Для украшения:
100 г очищенного миндаля
50 г сахарной пудры

Замесить тесто, разделить его на две неравные части, раскатать обе. Большей выстелить смазанную маслом и обсыпанную мукой чашу мультиварки и заполнить приготовленной начинкой (смешать все указанные ингредиенты).

Покрыть миндальными ядрами, плотно уложить друг к другу на середине пирога.

Готовить в режиме «Выпечка» 1 час.

Подавать охлажденным, посыпанным сахарной пудрой.

Ореховый пирог

9 яиц (отделить желтки от белков)
11/2 стакана сахара
1/3 стакана апельсинового сока
цедра 1/2 апельсина
1/2 стакана муки
1/3 стакана крахмала
3/4 стакана тертых орехов

Взбить яичные желтки. Добавить сахар и продолжать взбивать до воздушной консистенции. Добавить апельсиновый сок и цедру. Просеять муку и крахмал четыре раза. Постепенно влить в яичную массу.

Взбить белки до загустения. Осторожно смешать полученную ранее массу со взбитыми белками. Добавить орехи.

Выложить тесто в смазанную маслом чашу мультиварки. Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Пирог из слоеного теста с ветчиной

270 г готового слоеного теста
2 пучка зеленого лука
175 г ветчины
5 яиц
500 мл молока
2 ст. ложки панировочных сухарей
75 г тертого сыра «Гауда»
соль
перец
мускатный орех

Тесто достать из холодильника и оставить на 5-10 минут. Лук почистить, помыть и мелко нарезать. Ветчину нарезать соломкой. Смешать яйца, молоко, соль, перец и молотый мускат.

Тесто выложить в чашу мультиварки и посыпать панировочными сухарями.

Сверху выложить лук и ветчину. Наверх вылить яичную массу и посыпать сыром.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Пирог по-кампанийски

300 г муки
200 г масла
100 г сахара
1 желток
200 г сваренного в молоке риса
1 ст. ложка молока
175 г сахара
2 ***ст. ложки масла***
4 яйца
125 г творога
75 г ***рубленых цукатов из лимонных корок***
1/4 ч. ложки молотой корицы
по 1 ч. ложки натертой цедры лимона и апельсина
2 ***ст. ложки сахарной пудры***
немного молотой корицы

Из просеянной муки, масла, сахара и желтка замесить песочное тесто, накрыть его и поместить на 2 часа в холодильник. Промыть рис и дать стечь воде.

Молоко с сахаром и маслом довести до кипения, высыпать рис, в течение 15 минут. Разварить и снять с плиты.

Творог смешать с яйцами, лимонными цукатами, лимонной и апельсиновой цедрой, положить в рис и перемешать.

Две трети теста раскатать в пласт, выложить дно и стенки чаши мультиварки и наполнить творожно-рисовой массой.

Остальное тесто раскатать, тесторезкой разрезать на полоски и украсить пирог решеткой.

Готовить в режиме «Выпечка» 1 час.

Остывший пирог посыпать сахарной пудрой с корицей.

Пирог с сыром и рыбой

800 г филе морской рыбы
200 г готового слоеного теста
200 г твердого сыра
1 головка репчатого лука
1 ч. ложка крахмала
2 ст. ложки оливкового масла
1 ст. ложка сока лимона
соль
перец
имбирь по вкусу

Рыбное филе нарезать кусочками, посыпать имбирем, посолить, поперчить.

Лук измельчить и пассеровать в масле (1 ст. ложка) 3 минуты.

Перемешать с рыбой, полить соком лимона и оставить на 20 минут.

Тесто раскатать тонким слоем и выложить в чашу мультиварки, смазанную маслом. Оформить бортики.

Сверху положить рыбу, посыпать крахмалом и натереть сыр в виде шапки.

Готовить в режиме «Выпечка» 1 час.

Пирог с маком

Для теста:
20 г дрожжей
85 мл молока
200 г муки
по 50 г сахара и сливочного масла
1 щепотка соли
Для маковой массы:
125 мл молока
по 30 г сливочного масла и манной крупы
125 г мака
75 г сахара
2 ст. ложки рома
Для творожной массы:
2 желтка
2 ст. ложки сливочного масла
50 г сахара
1 щепотка ванилина
2 ст. ложки молока
300 г творога
2 ч. ложки крахмала
сок и тертая цедра 1 лимона
6 яблок

Из указанных ингредиентов приготовить дрожжевое тесто. Выложить тесто в смазанную маслом чашу мультиварки.

Включить подогрев и оставить в закрытой мультиварке на 30 минут.

В это время для приготовления маковой массы сварить манную кашу и подмешать мак, сахар и ром. Из перечисленных ингредиентов приготовить творожную массу.

Яблоки, удалив сердцевину, надрезать и сбрызнуть лимонным соком. Творожную и маковую массы, чередуя, распределить на тесте. В начинку вдавить яблоки.

Готовить в режиме «Выпечка» 1 час.

Воздушный пирог из сметаны

2 ***стакана сметаны***
1/2 ***стакана сахара***
6 яиц
2 ст. ложки муки
ванилин
цедра

Взбить густую сметану, прибавить в нее понемногу, все время растирая, желтки, муку, сахар, ванилин и натертую цедру от половины лимона.

Смешать с крепко взбитыми белками. Чашу мультиварки смазать маслом.

Выложить тесто и готовить в режиме «Выпечка» 1 час.
Можно положить вниз слой сваренных в сиропе фруктов.

Слоеный пирог с курицей

8 куриных бедрышек
2 сладких перца
45 г топленого масла
1/3 стакана молока
1 луковица
3 ст. ложки крахмала
1 большой или 2 маленьких авокадо
1 лимон
соль
свежемолотый перец по вкусу
готовое слоеное тесто

С куриных бедрышек снять кожицу, вынуть косточки. Луковицу мелко нарезать. Измельчить кубиками сладкий перец.

Включить режим «Выпечка» на 30 минут.

В чаше мультиварки растопить масло и спассеровать на нем лук. Добавить куски курицы и жарить 5 минут до тех пор, пока мясо не утратит розовый цвет. Затем всыпать к курице сладкий перец.

Смешать крахмал с молоком, добавить соль и черный перец, смесь влить в чашу мультиварки. Авокадо нарезать на довольно крупные куски, сбрызнуть их лимонным соком и смешать с содержимым мультиварки. Перелить все в отдельную миску.

Очистить чашу мультиварки, смазать маслом, выложить в нее половину слоеного теста.

Вынуть из миски курино-авокадную смесь, лишнюю жидкость слить и разложить на тесте. Накрыть оставшимся тестом и защипнуть края.

Смазать пирог растопленным маслом и готовить в режиме «Выпечка» 1 час.

Пирог цитрусовый

- ***500 г муки***
25 г свежих дрожжей
150 г сахара
- ***40 г сливочного масла или маргарина***
40 г топленого сала
- ***тертая цедра 1/2 лимона***
- ***тертая цедра 1/2 апельсина***
1 пакетик ванилина
1 ст. ложка бренди
1 ст. ложка вишневого ликера
5 яичных желтков
- ***2 яичных белка***
150 мл молока
соль
1 яичный желток для смазывания

Развести дрожжи в 1 стакане теплого молока и дать дрожжам вспениться.

Взбить яичные желтки, сахар, растопленные масло и сало, добавить бренди и ликер, ванилин, лимонную и апельсинную цедру.

Взбить яичные белки, добавить к дрожжам вместе с оставшимся молоком и аккуратно перемешать, понемногу подсыпать муку и добавить желтковую смесь. Вымесить довольно мягкое тесто.

Положить тесто на деревянную, присыпанную мукой дощечку, накрыть чем-нибудь теплым и дать подняться в 1,5–2 раза.

Выложить тесто в смазанную маслом чашу мультиварки.

Смазать верх пирога взбитым желтком.

Включить подогрев и оставить в закрытой мультиварке на 30 минут.

Не открывая крышку, включить режим «Выпечка» и готовить 1 час.

Открыть крышку, дать немного остыть и выложить на тарелку.

Рулет с корицей

Для теста:

- ***90 мл молока***
- ***1 яйцо***
- ***225 г муки***
- ***1/2 ч. ложки соли***
- ***2 ст. ложки сахара***
- ***2 ст. ложки масла***
- ***1 ч. ложка сухих дрожжей***

Для начинки:

- ***1/2 стакана кураги***
- ***1 ст. ложка масла***
- ***1/4 стакана сахара***
- ***1 1/2 ч. ложки корицы***
- 1/2 ***ч. ложки душистого перца***
- ***1/3 стакана изюма***
- ***молоко для обмазки***

Для украшения:

- ***3 ст. ложки сахарной пудры***
- ***1–2 ст. ложки апельсинового ликера***
- ***засахаренные фрукты***

Из указанных ингредиентов приготовить дрожжевое тесто. Раскатать прямоугольник 30 на 45 см. Смазать тесто растопленным маслом. Разложить фрукты, сахар, специи. Скатать рулет.

Свернуть его в кольцо (край должен быть снизу). Смазать края рулета молоком и соединить.

Сделать ножницами надрезы на две трети толщины рулета.

Выложить рулет в чашу мультиварки, включить подогрев и оставить в закрытой мультиварке на 30 минут.

Не открывая крышку, включить режим «Выпечка» и готовить 1 час. Открыть крышку, дать немного остыть и выложить на тарелку. Пока пирог остывает смешать пудру с ликером или соком. Украсить засахаренными фруктами и орехами.

Булочки с орехами

Для опары:
1/2 стакана молока
1/2 стакана воды
1 1/2 ч. ложки сухих дрожжей
• 2 ч. ложки сахара
7 ст. ложек муки
Для теста:
2 яйца
1 желток
5 ч. ложек сахара
2/3 ч. ложки соли
2 ст. ложки растительного масла
ванилин
3 стакана муки
Для начинки:
1 белок
1/3 стакана сахарной пудры
70 г миндаля или фундука
1 ч. ложка лимонного сока или уксуса

Для приготовления опары в теплой смеси молока и воды растворить дрожжи. Всыпать сахар и вмешать муку. Поставить в теплое место до увеличения как минимум вдвое.

У одного яйца отделить белок от желтка. Белок убрать в холодильник.

В миску вылить 1 желток, 2 целых яйца, растительное масло. Всыпать сахар, соль и ванилин. Хорошо взбить ложкой или вилкой. В получившуюся массу вылить опару, перемешать. Всыпать 2 стакана муки и перемешать ложкой или вилкой. В стакан насыпать еще муки.

На стол высыпать 1/2 стакана муки, вывалить тесто и хорошо вымесить, при необходимости подсыпая еще муку.

Тесто положить в миску, накрыть пленкой и оставить подходить в теплое место.

Готовое тесто разделить на части, из каждой части сформовать шар и раскатать в лепешку диаметром 15–18 см.

Для приготовления ореховой начинки белок взбить в крепкую пену, постепенно подсыпая сахарную пудру.

Если пена остается мягкой, то для закрепления можно добавить лимонный сок или уксус. Орехи раздробить в некрупную крошку.

Аккуратно смешать со взбитым белком. На середину лепешек

выложить по одной столовой ложке белково-ореховой смеси. Края лепешки собрать в сборку, а затем полностью залепить. Булочки уложить в смазанную маслом чашу мультиварки.

Верх смазать сладкой водичкой (1 ч. ложка сахара на 4–5 ст. ложек воды).

Включить подогрев и оставить в закрытой мультиварке на 30 минут. Подошедшие булочки смазать яйцом и сделать посередине крестообразные надрезы ножницами так, чтобы выглянула начинка.

Включить режим «Выпечка» и готовить 1 час.

Булочки с повидлом

- ***2,5 стакана молока***
  150 г сливочного масла
- ***1 стакан сахара***
- ***50 г сухих дрожжей***
- ***1 кг муки***
  1 ст. ложка растительного масла
- ***2 стакана яблочного повидла***
- ***1–2 ст. ложки изюма***
  сахар
  корица по вкусу

Молоко вскипятить, чуть остудить, добавить сливочное масло и сахарный песок. Дрожжи залить получившейся молочной смесью, добавить муку и все тщательно размешать.

Смазать руки растительным маслом и вымешивать тесто до тех пор, пока оно не будет отставать от стенок.

Затем переложить в кастрюлю, накрыть полотенцем и поставить на 1,5–2 часа в теплое место.

Готовое тесто разделить на равные части и слепить колобки. Выложить их на смазанную растительным маслом чашу мультиварки. Готовить в режиме «Выпечка» 1 час.

С готовых булочек срезать верхнюю часть, вынуть часть мякоти и заполнить образовавшуюся пустоту повидлом, смешанным с изюмом. Посыпать сахаром с корицей.

Пышки с капустой

500 г муки
20 г дрожжей
4 ч. ложки сахара
3 ст. ложки масла
- ***1 желток***
- ***250 г капусты***

соль
молоко

Мелко нарезанную капусту тушить в подсоленной воде или молоке до тех пор, пока не станет мягкой.

В капусту добавить масло или жир и снова тушить. Когда капуста пожелтеет, она готова. В приготовленную таким образом капустную массу положить дрожжи, муку, замесить тесто.

Когда тесто поднимется, выложить его на доску, формочкой разрезать на части и дать подняться.

Потом приготовить пышки.

Смазать маслом чашу мультиварки, положить пышки, готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Расстегай обыкновенный

- ***400 г муки***
- 3 ***ст. ложки масла***
- ***25–30 г дрожжей***
- ***300 г филе щуки***
- ***300 г семги***
- ***2–3 щепотки черного молотого перца***
- ***3 яйца***
- ***1 ст. ложка толченых сухарей***
- ***1 1/4 стакана молока***
- ***соль по вкусу***

Развести дрожжи в теплом молоке, добавить муку и замесить тесто.

Дать ему подняться, затем положить в него 2 желтка, 2 ст. ложки масла и, хорошо взбив, снова дать тесту подняться.

Филе щуки мелко изрубить и, посолив и поперчив его, обжарить на масле.

Поднявшееся вторично тесто раскатать в тонкий лист и стаканом или чашкой вырезать из него кружки.

На каждый кружок положить фарш из щуки, а на него тоненький кусочек семги.

Концы пирожков защепить так, чтобы середина осталась открытой.

Подготовленные расстегаи уложить на смазанную маслом чашу мультиварки и дать им расстояться в режиме подогрева 30 минут. Затем каждый пирожок смазать яйцом и обсыпать сухарями.

Готовить в режиме «Выпечка» 1 час.

Пирожки с вишнями

Для теста:
320 г муки
80 г сливочного масла
- ***соль***

Для начинки:
500 г вишни
150 г сахара
- ***20 г молотых сухарей***

Вишни промыть, освободить от косточек, посыпать сахаром и оставить на час.

Замесить тесто из сливок, муки и соли, раскатать его в пласт, смазать растопленным сливочным маслом, сложить втрое и поставить в холодное место на 10 минут.

Затем раскатать тесто пластом немного тоньше, разрезать его на квадраты со стороной 12–14 см, положить на каждый ложку вишен (дать предварительно стечь соку), смешанных с молотыми сухарями. Завернуть углы вовнутрь в виде конверта, слегка прижав середину и края. Смазать пирожки взбитым яйцом и уложить в смазанную маслом чашу мультиварки.

Готовить в режиме «Выпечка» 1 час.

Горячие пирожки посыпать сахаром.

Пирожки с вареньем

- ***500 г муки***

1 стакан теплой воды

30 г дрожжей

- ***100 мл растительного масла***
- ***тертая цедра лимона***
- ***по вкусу***
- ***соль***
- ***варенье***

Замесить дрожжевое тесто. Когда тесто начнет подниматься второй раз, добавить в него ложку растительного масла и столовую ложку сахара с цедрой лимона.

Размешать, раскатать кусочки теста не очень тонко, положить на раскатанные кружочки теста по ложке варенья. Смочить водой и накрыть вторым раскатанным кружком теста.

Выложить пирожки в смазанную маслом чашу мультиварки, включить режим «Выпечка» и готовить 1 час.

Затем вынуть их и посыпать сахарной пудрой.

Паровые пирожки с капустой

300 г. теста для пельменей
800 г. белокочанной капусты
200 г. свиного топленого жира
2 ч. ложки сахарной пудры
соль
соевый соус

Качан капусты разобрать на листья, залить их горячей водой и сварить.

Готовые капустные листья промыть холодной водой, обсушить и мелко порубить.

Добавить сахарную пудру, растопленный жир, посолить и перемешать.

Тесто раскатать в тонкие сочни, выложить на каждый небольшое количество начинки и сформовать пирожки.

В чашу мультиварки влить воду. Пирожки уложить в корзинку для приготовления на пару.

Готовить 20 минут в режиме «Варка на пару».

Подавать к столу с соевым соусом.

Пирожки с ореховой начинкой

Для теста:
500 г муки
40 г дрожжей
- ***60 г сахара***

125 мл теплого молока
150 г сливочного масла
- ***50 г смальца***

1 яйцо
2 яичных желтка
- ***тертая цедра 1 лимона***
- ***соль***

Для начинки:
1 яйцо
2 ст. ложки рома
2 ст. ложки сливок
3 ст. ложки сахара
150 г молотого фундука
корица

В кастрюльку раскрошить дрожжи, насыпать немного сахара. Замесить опару с молоком и небольшим количеством муки, накрыть салфеткой и на 15 мин поставить в теплое место. Остальное молоко нагреть, растопить в нем 50 г масла и смалец, немного охладить.

Добавить яйцо, желтки, цедру лимона, соль, молоко с растопленным жиром и смешать с опарой и оставшейся мукой.

Вымешивать тесто, пока оно не будет отставать от стенок миски. Дать ему еще раз расстояться, пока его объем не увеличится вдвое.

Для начинки взбить яйцо с ромом и сливками, всыпать сахар. Затем добавить фундук и корицу.

Тесто еще раз вымесить на рабочей поверхности, раскатать в пласт толщиной 2 см и нарезать квадратами со стороной 8 см.

В середину каждого квадрата положить немного начинки, защипнуть края, смазать оставшимся раастопленным маслом и выложить в чашу мультиварки.

Включить подогрев и оставить в закрытой мультиварке на 30 минут. Не открывая крышку, включить режим «Выпечка» и готовить 1 час.

Открыть крышку, дать немного остыть и выложить на тарелку.
Посыпать сверху сахарной пудрой.

Пирожки с черникой

- ***500 г муки***
30 г дрожжей
1 стакан воды
- ***1 яйцо***
50 г сухого молока
– 2 ч. ложки фруктового сахара
- ***80 мл растительного масла***
- ***2 ст. ложки крахмала***
- ***черника***

Замесить тесто из пшеничной муки обычным способом, дать ему подняться и скатать из него булочки.

Дать им подняться, сделать в каждой углубление и заполнить черникой. Снова дать пирожкам подняться, смазать края яйцом или простоквашей.

Выложить в смазанную маслом чашу мультиварки.
Готовить в режиме «Выпечка» 1 час.

Пирожки с творогом

Для теста:
250 г муки
20 г дрожжей
50 г маргарина
10 г сахара
2 яйца (желтки)
250 мл молока
1 яйцо (для смазывания пирожков)
20 г жира
20 г мука (для подсыпания)
Для начинки:
300 г творога
1 яйцо
75 г сметаны
соль

Дрожжи смешать с небольшим количеством муки, сахаром и молоком до густоты сметаны, накрыть и поставить в теплое место. Когда опара подойдет, добавить оставшуюся муку, молоко и сырой яичный желток.

Тщательно растереть и выбить деревянной ложкой, пока тесто не станет гладким. Добавить растопленный жир и еще вымешивать несколько минут, затем посолить. Посыпать тесто мукой, накрыть салфеткой и поставить в теплое место.

Когда тесто подойдет и увеличится в объеме вдвое, выложить его на стол, посыпанный мукой, раскатать в пласт толщиной 1,5 см.

Вырезать из него кружочки диаметром 10 см, надрезать их в четырех местах по кругу на одинаковом расстоянии на 2–3 см к центру.

На середину кружка положить столовую ложку начинки, немного сплющить ее и выровнять.

Каждую часть теста, надрезанную по кругу, загнуть в середину так, чтобы видна была начинка.

Пирожки положить в смазанную маслом чашу мультиварки и покрыть их взбитым яйцом.

Включить подогрев и оставить в закрытой мультиварке на 30 минут.

Не открывая крышку, включить режим «Выпечка» и готовить 1 час.

Для приготовления начинки творог растереть с яйцом в однородную массу, добавить соль, сметану и хорошо перемешать.

Такие пирожки можно приготовить с начинкой из мяса, картофеля, капусты, рыбы.

Пирожки слоеные со свежими грибами

Для теста:

- ***2 стакана муки***

  2 яйца

- ***1 стакан воды***
- ***200 г сливочного масла***

Для начинки:

- ***500 г свежих грибов (белые грибы, лисички, подберезовики, подосиновики)***
- ***2 ст. ложки масла***
- ***4 ст. ложки сметаны***
- ***1 головка репчатого лука***
- ***1 ст. ложка тертой булки***

Для приготовления теста просеять муку, сделать в середине углубление, положить в него соль, вбить яйцо, влить холодную воду, осторожно размешать ножом.

Вымесить тесто и поставить на холод, затем раскатать, положить в середину масло и защипать тесто в виде конверта.

Положить тесто защипанной стороной вниз на доску, посыпанную мукой, и раскатать его в длину в виде пласта толщиной в 1 см. Сложить втрое и снова раскатать в длину так, чтобы заложенный край был с правой стороны.

Сравнять края скалкой и поставить тесто на холод, накрыв полотенцем. Через 20 минут снова раскатать его два раза и вынести на холод на то же время, после чего опять раскатать дважды и поставить на холод.

Для начинки взять 500 г шляпок грибов хорошо промыть, крупные шляпки разрезать на 2 или 4 части, сложить в сковороду и поставить тушить.

Когда грибы дадут сок, положить в них поджаренную луковицу, соль, перец, зелень укропа, сметану, тертую булку. Готовую начинку остудить.

Из теста сформовать небольшие лепешки, оставить их на некоторое время для расстойки, начинить и слепить пирожки. Выложить пирожки в смазанную маслом чашу мультиварки.
Готовить в режиме «Выпечка» 1 час.

Пиццы

Итальянская поваренная книга:
«Книга о вкусной и здоровой пицце».

Несмотря сложившиеся вкусы у большинства людей, многим хочется попробовать что-нибудь оригинальное и необычное. Именно пицца может удивить своим вкусом даже изысканных гурманов. Пицца в зависимости от начинки может быть и закуской, и вторым блюдом, и десертом. Это блюдо, по форме напоминающее знойное итальянское солнце, с начинкой из многообразных национальных продуктов этой страны, всегда, и в будни, и в праздники, находит место на столе у итальянцев.

Слово pizza этимологически близко словам piatto (тарелка) и piazza (площадь). Не правда ли: плоская, как блюдо, на котором она лежит, пицца и выглядит как декоративная тарелка.

Версий происхождения пиццы существует множество. Она, как хлеб с различными добавками – овощами, мясом, маслинами, молочными изделиями, – входила в рацион римских легионеров; была пищей как простолюдинов, так и патрициев. Но во все времена это блюдо не отличалось сложностью ритуала приготовления и изысканностью потребления.

Так, наверное, продолжалось бы еще долго, если бы в 1772 году Фердинанд I (король обеих Сицилий) не нарушил все положенные ему по титулу пристойности и не посетил инкогнито в Неаполе заведение местного пиццайоло Антонио Тесты. Монарх был поражен разнообразием блюд, восхищен качеством их приготовления, что велел включить пиццу в королевское меню.

С тех пор многое изменилось. Один из современных рецептов гласит: «Для начинки для пиццы возьмите все, что найдете в холодильнике, мелко нарежьте и перемешайте…». Конечно, такой совет является преувеличением и всякий продукт подходит для пиццы, все же он не слишком далек от истины.

Существует множество вариантов формы пиццы, начиная с простой круглой (естественно, что пицца приготовленная в мультиварке будет круглой) и прямоугольной, и заканчивая ромбовидными, звездочками, цветами и тому подобными.

Пицца настолько демократическое блюдо, что при ее приготовлении можно импровизировать, готовить начинки из всевозможных ингредиентов, использовать любые виды теста для коржа, можно готовить пиццу даже без теста.

Несколько советов по приготовлению пиццы:

• Чем быстрее расстаивается тесто, тем лучше на вкус получается пицца. Благоприятная для расстойки теста температура – 30–33 °С, а ее продолжительность колеблется от 20 до 60 минут.

• Если вы используете для начинки консервированные или замороженные овощи, перед готовкой в них можно добавить несколько капель лимонного сока, который придаст им свежесть и сочность, улучшит их вкусовые качества и питательные свойства самой пиццы.

• Чтобы дрожжевое тесто не обветрилось, накрывайте его легкой салфеткой или куском марли.

• Если вы используете для начинки консервированные или замороженные овощи, перед готовкой в них можно добавить несколько капель лимонного сока, который придаст им свежесть и сочность, улучшит их вкусовые качества и питательные свойства самой пиццы.

• Для начинки пиццы подойдут не только привычные овощи, но и фрукты (даже экзотические – ананас, персик, манго и другие), а также сухофрукты (чернослив, курага, изюм). Перед тем как укладывать сухофрукты на поверхность пиццы, предварительно их вымачивают в подслащенной или подсоленной воде.

• Чтобы вареное или жареное мясо в пицце не теряло аромата и вкусовых качеств, не надо солить его непосредственно перед варкой или жареньем, так как соль вызывает преждевременное выделение мясного сока. Мясо в пицце после этого может оказаться слишком жестким и невкусным. Желательно варить и жарить мясо для пиццы незадолго до выпекания ее самой.

Пицца по-венециански

Для теста:
200 г пшеничной муки
15 г дрожжей
200 мл воды
2 ст. ложки растительного масла
сахар
соль
Для начинки:
1 большая луковица
2–3 дольки чеснока
300 г помидоров
3 ст. ложки растительного масла
1 ч. ложка специй
2–3 сосиски или 1 баночка сардин
150–200 г сыра
соль

Замесить дрожжевое тесто и раскатать корж по размеру чаши мультиварки, сделать небольшой бортик.

Выложить тесто в смазанную маслом чашу мультиварки.

Положить на тесто нарезанный колечками лук, поджаренный с растертым чесноком и кольцами помидоров, сосиски (или сардины) и кубики сыра. Сверху посыпать специями.

Готовить в режиме «Выпечка» 1 час.

Пицца по-калабрийски

Для теста:
250 г муки
150 мл теплой воды (лучше минеральной, без газа)
5 г пивных дрожжей
1 ст. ложка оливкового масла
Для начинки:
100 г томатной пасты
150 г моццареллы или другого молодого сыра
50 г пикантных сырокопченых колбасок
несколько листочков *базилика*
1–2 ст. ложки оливкового масла

Приготовить дрожжевое тесто, раскатать тонкий корж и выложить его в смазанную жиром чашу мультиварки. Положить сверху ровным слоем размельченные помидоры, посолить.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 40 минут.

За 5 минут до готовности посыпать мелкими кусочками моццареллы.

Когда пицца будет готова, украсить ее ломтиками тонко порезаной пикантной колбасы, сбрызнуть оливковым маслом, украсить зеленью базилика и подавать к столу.

Пицца по-неаполитански

Для теста:
100 г муки
1 ст. ложка сливочного масла
5 г дрожжей
Для начинки:
200 г помидоров или 1 ст. ложка томатной пасты
300 г сосисок
150 г сыра
мускатный орех
соль

Растворить дрожжи в небольшом количестве теплой воды или молока, смешать с мукой и маслом. Замесить мягкое тесто (если надо, добавить воды) и раскатать корж диаметром 20,5 см.

Положить тесто в смазанную маслом чашу мультиварки.

Выложить на корж нарезанные тонкими кружочками помидоры (или смазать томатной пастой) и нарезанные сосиски.

Посолить, посыпать молотым мускатным орехом и тертым сыром.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Пицца по-римски

Для теста:
250 г муки
2 ст. ложки маргарина
100 мл молока или воды
15 г дрожжей
Для начинки:
1 ст. ложка растительного масла
400 г измельченной говядины
200 г сыра
1 яйцо
3 ст. ложки томатной пасты
1 ст. ложка панировочных сухарей
черный молотый перец
1/2 пучка зеленого лука
1/2 пучка зелени петрушки

Замесить дрожжевое тесто. После того как оно подойдет, сделать корж и уложить его в смазанную растительным маслом чашу мультиварки.

К измельченной говядине добавить сырые яйца, томатную пасту, соль, перец и выложить на тесто.

Сверху в фарш слегка вдавить нарезанный кубиками сыр и сбрызнуть растительным маслом.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Пицца по-сицилийски

Для теста:
250 г пшеничной муки
- ***100 мл теплого молока***

15 г дрожжей
1/2 яйцо
соль
Для начинки:
500 г помидоров
- ***2 дольки чеснока***
- ***1 луковица***

соль
25 мл растительного масла
оригано
10 маслин
100 г твердого сыра

Просеять муку. Дрожжи развести теплым молоком, влить в муку и вместе с солью и яйцом замесить мягкое тесто.

Накрыть полотенцем и поставить на 40 минут доходить.

Помидоры ошпарить, снять кожицу и нарезать кусочками. Очищенные лук и чеснок мелко нарезать, посолить и смешать с помидорами, залив 2 ст. ложками растительного масла.

Из подошедшего теста раскатать корж и сделать углубление. Выложить тесто в смазанную маслом чашу мультиварки, гарнировать помидорной массой.

Маслины разрезать пополам, удалить косточки, нарезать, вместе с раскрошенным сыром и оригано посыпать начинку и сбрызнуть оставшимся растительным маслом.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Пицца по-тоскански

Для теста:

- ***250 г муки***
- ***150 г сливочного масла***

2 яйца

- ***1 ст. ложка сахара***

Для начинки:

- ***400 г обжаренного филе индейки***
- 2 ***грейпфрута***
- ***3 моркови***
- ***200 г кабачка***
- ***1 стакан сметаны***
- ***соль***
- ***перец***

Замесить тесто, раскатать корж и выложить его в смазанную маслом чашу мультиварки.

Индейку мелко нарезать и выложить равномерным слоем на тесто. Приправить специями.

Грейпфруты очистить, удалить кожицу и слегка отжать сок. Слоем мякоти покрыть индейку.

Сверху посыпать тертой морковью, а затем – измельченным кабачком. Залить изделие сметаной.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

К столу блюдо подавать слегка охлажденным.

Пицца по-апулийски

Для теста:

- ***200 г муки***
- ***10 г дрожжей***
- ***1/2 ч. ложки сахара***

100 мл теплого молока
6 ст. ложек растительного масла
1/2 ч. ложки соли
Для начинки:
600 г помидоров
1 ч. ложка молотого сухого сельдерея
1 ч. ложка перца
2 ч. ложки оригано
150 г сыра
2 луковицы
10 тушек сардин
1 ст. ложка каперсов
соль

Муку просеять горкой, сделать посередине лунку.

Раскрошить дрожжи и развести их молоком с небольшим количеством сахара и муки.

Накрыть полотенцем и поставить на 15 минут подходить.

Добавить 3 ст. ложки растительного масла, соль и замесить тесто. Раскатать корж, положить в чашу мультиварки, смазанную оливковым маслом.

Включить подогрев и оставить в закрытой мультиварке на 30 минут.

Помидоры ошпарить, снять кожицу, нарезать толстыми ломтями и уложить на тесто. Посыпать оригано и сельдереем. Пустоты заполнить сыром. Добавить мелко нарезанный лук, каперсы и сардины цельными тушками.

Сбрызнуть пиццу оставшимся растительным маслом.

Готовить в режиме «Выпечка» 1 час. На стол пиццу подавать горячей.

Пицца с мясом, томатами и чесноком

Для теста:

- ***300 г готового дрожжевого теста***

Для начинки:

- ***200 г говядины***
- ***2–3 помидора***
- ***3 дольки чеснока***
- ***соль***
- ***специи***
- 10 г ***сливочного масла***

Выложить мясо со специями в чашу мультиварки, залить водой и варить в режиме «Тушение» 1 час. Затем нарезать его тонкими ломтиками.

Сформовать из теста корж, смазать сливочным маслом, выложить в очищенную чашу мультиварки и разложить на него говядину.

Нарезать помидоры тонкими ломтиками, разложить сверху.

Мелко накрошить чеснок и посыпать им корж. Посолить, поперчить. Поднять края теста.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Пицца по-лигурийски

Для теста:
200 г муки
10 г дрожжей
50 г маргарина
50 мл воды
25 мл молока
Для начинки:
300 г свежих помидоров
2 кусочка анчоусов (салаки)
1/2 луковицы
1 долька чеснока
6 черных маслин
базилик
душица
растительное масло

Тщательно перемешать муку, маргарин, воду и дрожжи, разведенные в молоке, замесить тесто и поставить его в теплое место на

2 часа.

Поджарить на сковороде в растительном масле ломтики лука до розового цвета, добавить помидоры, очищенные от кожицы и нарезанные дольками, посолить.

Тушить 30 минут, затем снять с огня, добавить базилик и кусочки анчоусов.

Раскатать тесто. Выложить тесто в смазанную маслом чашу мультиварки так, чтобы покрыть стенку, и положить приготовленную начинку. Добавить в нее дольки чеснока, маслины, посыпать душицей.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Пицца с пикантными мясными кусочками

Для теста:
300 г готового дрожжевого теста
Для начинки:
300 г говядины
пряности
соль
10 г сливочного масла

Выложить мясо с пряностями в чашу мультиварки, залить водой и варить в режиме «Тушение» в течение 1 часа.

Отварить говядину до полуготовности с кореньями.

Затем нарезать ее небольшими тонкими ломтиками и разложить на смазанное сливочным маслом тесто (предварительно сформовав из него лепешку и подняв бортики). Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Многослойная пицца

- ***1 упаковка основы для пиццы (либо тонкий лаваш)***
- ***600 г фарша (любого)***
- ***100 г соленых грибов***
- ***2 луковицы***
- ***1 стакан воды***
- ***тертый сыр***
- ***майонез***
- ***соль***
- ***специи***

Смешать фарш с нарезанными солеными грибами, луком, специями (смесь прованских трав или другие, по вкусу).

В чашу мультиварки положить корж основы для пиццы, на него – фарш, майонез и зелень следующий корж, фарш, майонез, зелень и тертый сыр потом такой же слой, но без сыра последний слой, накрыв коржом, обильно полить майонезом, кетчупом, посыпать зеленью. Добавить воду, готовить в режиме «Выпечка» в течение 40 минут.

Затем готовить в режиме «Тушение» в течение 1,5 часов.
За 15 минут до готовности обильно посыпать пиццу тертым сыром.

Пицца с отварной говядиной

Для теста:

- ***250 г муки***
- ***25 г дрожжей***
- ***50 г сливочного масла***
- ***2 ч. ложки сахара***

2 яйца

100 мл молока

Для начинки:

500 г постной отварной говядины

4 маринованных огурца

1 стручок сладкого перца

1 вареное яйцо

1/2 ст. ложки винного уксуса

4 ст. ложки майонеза

Замесить дрожжевое тесто, раскатать в корж и выложить в смазанную маслом чашу мультиварки. Нарезать говядину тонкой соломкой и уложить на тесто.

Огурцы нарезать соломкой, перец – полукольцами, помидоры – дольками. Мелко порубить лук. Смешать овощи и приправить уксусом. Выложить овощную смесь на мясо.

Смазать майонезом. Украсить сверху дольками яйца.
Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Пицца со свининой

Для теста:

- ***300 г муки***

100 мл молока (или воды)

1 яйцо

- ***5 г дрожжей***

20 г сливочного масла

10 г сахара

соль

- ***30 мл растительного масла***

Для начинки:

100 г свинины

60 г сыра

1 помидор

горчица

перец

Из молока, яиц, дрожжей, двух видов масла и муки замесить дрожжевое тесто.

Выложить тесто в смазанную маслом чашу мультиварки

Смазать его горчицей. Положить протертые через сито помидоры с перцем, затем – мелко нарезанную и вареную свинину. Посыпать сыром.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Когда блюдо остынет, можно посыпать ее зеленью укропа и петрушки.

Пицца «Маргарита»

Для теста:

250 г муки

• 5 г ***пивных дрожжей***

150 мл теплой воды (лучше минеральной, без газа)

1 ст. ложка масла

Для начинки:

250 г помидоров или томатной пасты

100 г сыра моццарелла (можно заменить любым свежим мягким некислым сыром)

оливковое масло

зелень базилика

соль

Просеянную муку высыпать горкой на стол, добавить соль, оливковое масло и дрожжи, предварительно разведенные в небольшом количестве теплой воды.

Замесить тесто, чтобы оно получилось компактным и эластичным.

Затем выложить тесто в большую миску, посыпать мукой, накрыть полотенцем и оставить для брожения на 2–3 часа.

Когда оно будет готово, вымесить его еще раз, чтобы осело. Поставить тесто еще раз для брожения на 1–1,5 часа.

Разрезать помидоры на очень маленькие кусочки или сделать из них однородную массу.

Раскатать тесто тонким слоем и выложить в смазанную маслом чашу мультиварки.

Положить на приготовленный слой теста измельченные помидоры (оставив до краев на 2 см), полить немного оливковым маслом, посолить и добавить сверху несколько листочков базилика.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

За несколько минут до готовности и положить ровным слоем нарезанную моццареллу или другой сыр.

Пицца со сборным мясным фаршем

Для начинки:

250 г фарша (свиного, говяжьего или смешанного)

пряности

• 10 г ***сливочного масла***

Добавить в фарш пряности, сочетая их по вкусу. Разложить тесто в чаше мультиварки, и смазать маслом. Поднять бортики.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Пицца с курицей и сыром

Для теста:

- ***200 г муки***
- 1/2 ***ч. ложки соли***
- ***10 г дрожжей***
- ***100 мл молока***
- ***сахар***

Для начинки:

- ***1 небольшой отварной цыпленок***
- ***4 вареных яйца***
- ***3 картофелины***
- 2 ***моркови***
- 2–3 ***кислых яблока***
- ***100 г сыра***
- 2 ***ст. ложки оливкового масла***

Замесить дрожжевое тесто, раскатать корж и выложить его в смазанную жиром чашу мультиварки.

Курицу нарезать, разделить на три равные порции. Картофель и морковь очистить и нарезать кружочками толщиной 0,3–0,5 мм.

Яблоки очистить от кожуры, удалить сердцевину, мелко нарезать.

Треть курицы разложить тонким слоем на тесто, сверху выложить нарезанные яйца, затем – картофель и морковь, снова порцию курицы, яблоки и последнюю порцию курицы.

Все посыпать тертым сыром, полить оливковым маслом. Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Пицца с куриным филе

Для теста:

- ***300 г муки***
- ***100 г сливочного масла***
- ***1 яйцо***
- ***30 мл молока***
- ***соль***

Для начинки:

- ***200 г куриного филе***
- 2 ***картофелины***
- ***1 луковица***
- ***1 крупный сладкий перец***
- ***100 г сыра***

Из муки, масла, яиц, молока и соли замесить крутое тесто и раскатать его в тонкую лепешку. Выложить тесто в смазанную маслом чашу мультиварки.

На лепешку выложить мясо и картофель, нарезанные тонкими ломтиками, сверху разложить колечки лука и сладкого перца.

Посыпать все тертым сыром.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Перед подачей к столу можно полить блюдо майонезом и посыпать рубленой зеленью укропа, петрушки и сельдерея.

Пицца с копченой курицей

Для теста:

- ***250 г пшеничной муки***
- ***1/2 стакана сметаны***
- ***1 ст. ложка сливочного масла или маргарина***
- ***1 яйцо***
- ***1 ч. ложка сахара***
- ***соль***

Для начинки:

- ***150 г копченой курицы***
- ***100 г помидоров***
- ***70 г сыра***
- 2 ***ст. ложки растительного масла***
- ***1/2 пучка зелени петрушки***

Замесить пресное тесто. Раскатать корж толщиной 1 см.

Выложить тесто в смазанную маслом чашу мультиварки.

Сверху разложить мелко нарубленную копченую курицу и нарезанные кольцами помидоры. Посыпать тертым сыром, сбрызнуть растительным маслом.

Готовить в режиме «Выпечка» 1 час. При подаче посыпать нарезанной зеленью.

Пицца с индейкой

Для теста:

- ***200 г муки***
- ***1/2 ч. ложки соли***

10 г дрожжей
100 мл теплой воды
1/2 ч. ложки сахара
1 ст. ложка растительного масла

Для начинки:

300 г грудки индейки
300 г протертых помидоров
1 ст. ложка майорана
1 стручок сладкого перца
по 1/2 банке консервированной красной фасоли и кукурузы
100 г овечьего сыра
1 ст. ложка растительного масла
50 г тертого сыра честер
соль
молотый черный и красный перец

Замесить дрожжевое тесто, раскатать в слой толщиной около 0,5 см. Выложить тесто в смазанную жиром чашу мультиварки.

Смешать протертые помидоры со специями, добавить немного масла и подогреть на сковороде. Нарезать сладкий перец и перемешать с фасолью и кукурузой.

Добавить нарезанный кубиками овечий сыр. Мясо индейки нарезать мелкими кусочками и обжарить в масле, посолить.

Выложить на тесто томаты, затем – мясо, овощи и сыр. Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Ленивая пицца

Для теста:

- 2 ***ст. ложки сметаны***
- 2 ***ст. ложки майонеза***
- ***1 яйцо***
- ***4 ст. ложки муки***
- ***1/2 ч. ложки гашенной уксусом соды***
- ***соль***

Для начинки:

- ***колбаса***
- ***ветчина***
- ***сыр***
- ***помидоры***
- ***сладкий перец***
- ***грибы консервированные***
- ***кетчуп***
- ***майонез***

Замесить тесто (оно должно получиться жидким), влить его в смазанную маслом чашу мультиварки и готовить в режиме «Выпечка» в течение 45 минут.

Через 10–15 минут, когда тесто «схватится» и сверху уже не будет жидким, намазать его кетчупом, майонезом и положить сверху подготовленную начинку: нарезанные овощи, грибы, ветчину.

Посыпать тертым сыром.

Пицца с куриной печенью

Для теста:

- ***200 г муки***
- ***1/2 ч. ложки соли***
- ***10 г дрожжей***
- ***100 мл теплой воды***
- ***1/2 ч. ложки сахара***
- ***1 ст. ложка растительного*** *масла*

Для начинки:

- ***300 г куриной печени***
- ***3 ст. ложки маслин***
- ***2 помидора***
- ***2 луковицы***
- ***4 ст. ложки майонеза***
- ***соль***
- ***черный молотый перец***

Замесить дрожжевое тесто, раскатать корж.

Выложить тесто в смазанную маслом чашу мультиварки.

Нарезать печень небольшими кусочками, а лук – кольцами, смешать и добавить половину маслин. Выложить на тесто.

Помидоры очистить от кожуры и размять, заправить по вкусу солью и перцем. Выложить томатное пюре на печень. Смазать сверху майонезом и украсить оставшимися маслинами.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Пицца «Любительская»

Для теста:

250 г муки

- ***100 мл воды***

100 г сливочного масла

- 10 г ***сухих дрожжей***

Для начинки:

250 г свежей рыбы

- ***1 яйцо***

50 г сметаны

- ***15 г сыра***

Промыть рыбу, разрезать ее на куски, обвалять в муке и обжарить на сковородке с маслом до полуготовности. Остудить ее, выбрать кости, посолить, добавить свежие яйца и все как следует перемешать.

Смешать масло с мукой и растереть полученную смесь. Развести дрожжи теплой водой, влить эту смесь в муку и замесить тесто. Раскатать его в тонкую лепешку.

Смазать жиром чашу мультиварки и положить туда приготовленную лепешку, приподняв края.

В середину положить рыбную начинку.

Готовить пиццу в режиме «Выпечка» 1 час.

Перед подачей к столу посыпать тертым сыром и полить сметаной.

Пицца «Мелани»

Для теста:
250 г муки
100 мл воды
50 г сливочного масла
- ***10 г сухих дрожжей***

Для начинки:
500 г судака
150 мл сливок
1 желток
- ***50 г тертого сыра***

Промыть рыбу, нарезать ее на куски и обжарить в масле до полуготовности.

Охладить рыбу, выбрать из нее кости. В сливки вылить желтки, добавить тертый сыр, соль, перец. Смешать полученную смесь с рыбой.

Ввести масло в муку и все как следует перемешать. Развести дрожжи теплой водой, влить эту смесь в муку, замесить тесто и раскатать его в корж.

Смазать маслом или жиром чашу мультиварки и положить туда корж, слегка приподняв края. В середину положить начинку из рыбы.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Пицца с кальмарами

Для теста:

- ***250 г муки***
- ***250 мл молока***
- ***100 мл воды***

2 яйца

- ***25 г дрожжей***
- ***15 г сахара***
- ***50 г маргарина***
- ***соль***

Для начинки:

- ***200 г кальмаров***
- ***200 г сыра***
- ***соль***
- ***специи***
- ***зелень***
- ***1 ст. ложка майонеза***
- ***кетчуп***
- ***репчатый лук***

Измельчить дрожжи, смешать с сахаром и залить 200 мл теплой воды. Поставить в теплое место на 15–20 минут.

Когда дрожжи подойдут, перемешать их с теплым молоком, яйцами, солью, сахаром, измельченным маргарином и всыпать муку.

Хорошо вымесить тесто и поставить его в теплое место на 1 час – чтобы оно подошло. После этого выложить в смазанную маслом чашу мультиварки.

Кальмаров проварить 10 минут, разрезать на мелкие кусочки. Положить их на лепешку, посыпать зеленью, нарезанным кольцами луком, полить кетчупом или майонезом, добавить тертый сыр, посолить и поперчить.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Пицца с крабами

Для теста:
- ***по 250 г муки и молока***
- ***100 мл воды***

2 яйца
- ***25 г дрожжей***
- ***10 г сахара***
- ***50 г маргарина***
- ***соль***

Для начинки:

250 г крабового филе

2 луковицы
- ***100 г сладкого перца***

150 г российского сыра

зелень
- ***кетчуп***

соль

перец

Измельчить дрожжи, перемешать с сахаром и залить 200 мл теплой воды. Поставить в теплое место.

Когда дрожжи подойдут, смешать их с теплым молоком, яйцами, солью, сахаром, измельченным маргарином. Все перемешать и всыпать муку.

Месить тесто до тех пор, пока оно не начнет легко отставать от рук. Поставить его в теплое место на 1 час, чтобы оно подошло.

Выложить тесто на посыпанном мукой столе, раскатать тонкую лепешку и выложить в смазанную маслом чашу мультиварки.

Филе краба разрезать небольшими ломтиками и пожарить с луком на медленном огне в сковороде.

Остудить смесь и разложить на приготовленное тесто. Сверху разложить мелко нарезанный перец, измельченную зелень.

Посыпать все тертым сыром, посолить, поперчить, полить кетчупом.

Края лепешки завернуть наверх так, чтобы какая-то часть начинки оказалась закрытой тестом.

Готовить в режиме «Выпечка» 1 час. Подавать к столу горячей.

Пицца «В гостях у Нептуна»

Для теста:

- ***200 г муки***
- ***1 яйцо***
- ***щепотка соды***
- ***250 мл молока***
- ***60–80 мл растительного масла***
- ***соль***

Для пи чинки:

- ***150 г рыбного фарша***
- ***150 г плавленого сыра***
- ***3 яйца***
- ***1 пучок зеленого лука***
- ***2–3 ст. ложки грецких*** *орехов*
- ***10–20 г соли***
- ***перец***

Муку просеять, соединить с солью, яйцом, содой, молоком и растительным маслом и перемешать.

Выложить тесто в смазанную жиром чашу мультиварки.

Рыбный фарш смешать с измельченными яйцом, зеленью и луком, посолить, поперчить и выложить все на лепешку. Полить начинку плавленым сыром и посыпать измельченными грецкими орехами.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Готовое блюдо украсить красной икрой и зеленым луком.

Пицца «Дары моря»

- ***500 г готового дрожжевого теста***

Для начинки:

- ***по 100 г консервированного крабового мяса, отварных или консервированных кальмаров, креветок, мидий и твердого сыра***
- ***30 г сливочного масла***
- ***50 г майонеза***
- ***яйцо***

Тесто раскатать в лепешку, переложить в смазанную жиром чашу мультиварки.

Для начинки все морепродукты мелко нарезать. Майонез тщательно смешать со взбитым яйцом, сыр натереть на мелкой терке.

Тесто равномерно промазать майонезом, на него положить перемешанные морепродукты.

Сбрызнуть начинку растопленным сливочным маслом и все засыпать ровным слоем сыра.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Пицца с морским угрем

Для теста:

- ***250 г муки***
- ***250 мл молока***
- ***100 мл воды***

2 яйца

- ***25 г дрожжей***
- ***10 г сахара***
- ***50 г маргарина***
- ***соль***

Для начинки:

- ***250 г филе морского угря***
- ***100 г сыра***
- ***50 мл растительного масла***
- ***репчатый лук***
- ***кетчуп***
- ***майонез***
- ***соль***
- ***перец***

Размять дрожжи, смешать с половиной сахара и залить 200 мл теплой воды. Поставить в теплое место, чтобы они подошли. Затем смешать с мукой, добавить теплое молоко, яйца, соль, сахар, измельченный маргарин перемешать.

Хорошо вымешивать тесто до тех пор, пока оно не начнет отставать от рук. Затем поставить его в теплое место на 1 час – чтобы подошло.

Выложить тесто в смазанную маслом чашу мультиварки, придав ему форму лепешки.

Обжарить филе угря на растительном масле на сковороде с луком и специями, предварительно порезав его на мелкие кусочки. Выложить готовое филе на тесто, полить майонезом, кетчупом, посолить, засыпать тертым сыром.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Пицца «Креветочная»

Для теста:

- ***500 г муки***
- ***200 мл воды***
- ***60 г сливочного масла***
- ***20 г сухих дрожжей***

Для начинки:

- ***300 г креветок***
- ***укроп***
- ***соль***
- ***3 яйца***

Размороженные креветки положить в соленый кипяток и варить, пока они не всплывут, а затем еще 3 минуты.

Вынуть их и дать обсохнуть. Нарезать креветки на мелкие кусочки и добавить сырые яйца. Как следует перемешать.

Ввести масло в муку и хорошо растереть полученную смесь. Развести дрожжи теплой водой, влить эту смесь в муку и замесить тесто.

Оно должно быть гладким, упругим и однородным.

После этого раскатывать корж, выложить его в смазанную маслом чашу мультиварки, немного приподняв края.

В середину приготовленной лепешки положить начинку из креветок с яйцами.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Пиццу перед подачей к столу посыпать мелко нарезанной зеленью.

Можно полить пиццу кетчупом, соусом, растительным маслом или майонезом.

Пицца с копченой рыбой и грудинкой

Для теста:

- ***250 г муки***
- ***100 мл теплого молока***
- ***15 г дрожжей***
- ***1 яйцо***
- ***соль***

Для начинки:

150 г копченой рыбы
200 г очищенных *помидоров*
50 г копченой грудинки
250 г сыра
1 луковица
1 яйцо
2 ст. ложки растительного масла

- ***2 дольки чеснока***

1/2 ч. ложки красного молотого перца

Замесить дрожжевое тесто, раскатать корж и выложить его в смазанную маслом чашу мультиварки.

На тесто положить мелко нарезанную рыбу, ломтики помидоров, копченую грудинку, нарезанный кубиками сыр и кружочки лука. Яйцо смешать с растительным маслом, солью, растертым чесноком и красным перцем.

Полить пиццу сверху этой смесью.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Пицца с томатами и морским угрем

Для теста:

- ***250 г муки***
- ***250 мл молока***
- ***100 мл воды***

2 яйца
25 г дрожжей
10 г сахара
50 г маргарина
соль

Для начинки:
250 г филе морского угря
200 г томатов
100 г сыра
репчатый лук
майонез
соль
перец

Дрожжи измельчить, размешать с половиной сахара и влить 200 мл теплой воды.

Когда дрожжи подойдут, добавить теплое молоко, яйца, соль, сахар, маргарин. Все размешать до однородной массы и всыпать муку.

Вымешивать тесто до тех пор, пока оно не будет свободно отходить от рук. Поставить его в теплое место на 1 час – чтобы подошло.

Филе угря нарезать ломтиками, а помидоры – кружочками. Слегка обжарить филе в сковороде на растительном масле. Нарезать лук кольцами.

Тесто раскатать в пласт толщиной 1 см и выложить в смазанную жиром чашу мультиварки. Положить на него рыбу и овощи. Посолить, поперчить, залить майонезом и засыпать тертым сыром.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Пицца с устрицами

Для теста:
250 г муки
250 мл молока
100 мл воды
2 яйца
25 г дрожжей
10 г сахара
50 г маргарина
соль
Для начинки:
500 г устриц
лимон
кетчуп
майонез
100 г сыра
1 пучок петрушки
1 луковица
1 долька чеснока
по 50 г сливочного йогурта и сливочного масла
соль
перец

Из воды, молока, дрожжей, муки, сахара и маргарина замесить тесто и подержать 1 час в теплом месте, чтобы оно подошло.

Устрицы отделить от раковин и нарезать мелкими кусочками.

Пропитать их соком лимона, посолить, полить майонезом. Чеснок измельчить и перемешать с йогуртом. Залить чесночным соусом устрицы и смешать. Обжарить устрицы на сковороде в масле и остудить.

Тесто раскатать в тонкую лепешку и выложить в смазанную маслом чашу мультиварки.

Разложить начинку, посыпать зеленью, кольцами лука, полить майонезом, кетчупом, посыпать сыром.
Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Куличи, бабы и кексы

Кулич! Какое смешное и милое слово…

Саша Черный

Освященный в церкви кулич всегда был обязательным блюдом на Пасхальном столе. Старинная русская кухня сохранила рецепты более 20 видов куличей. Раньше их выпекали из сдобного дрожжевого теста, предпочтительно высокими и круглыми. Традиционная форма кулича объясняется тем, что саван Иисуса Христа был круглым. На верху кулича выкладывали крест из теста.

Для приготовления кулича тесто затворяли в ночь с четверга на пятницу, весь день в пятницу пекли, а в ночь с субботы на воскресенье освящали.

В прошлом хозяйки, когда пекли кулич, надевали чистую рубаху, как бы подчеркивая значимость процедуры. Считалось, что если пасхальный хлеб удался, то все в семье будет благополучно.

Обыкновенно для куличей готовили много теста, так как в большом объеме тесто лучше бродит. В отличие от теста для пирогов, куда не полагается класть яйца, в куличное тесто кладут много яиц, взбитых в пену белков, много сливочного масла и сахара. Все эти компоненты позволяют получить очень сдобное тесто, а готовые куличи долго сохраняются, не черствея. Для того, чтобы дрожжи лучше «работали» и могли бы «поднять» всю сдобу, куличное тесто готовят в несколько приемов, вводя масло, яйца и сахар постепенно. Большие и маленькие куличи могут быть различной степени сдобности, но все они должны быть обязательно высокими. Тесто надо буквально выхаживать, лелеять, оберегать от сквозняков, укутывать подушками.

Основные правила выпечки куличей:

• Мука должна быть сухой, и ее нужно обязательно просеять через мелкое сито, тогда тесто будет более гладкое.

• Тесто должно получиться довольно крутое, чтобы его можно было легко резать ножом.

• Месить тесто нужно довольно долго и добиться того, чтобы оно легко отставало от рук и посуды.

• Тесто должно подойти 3 раза: один раз – опара. Второй – после замеса со всей сдобой, третий – в форме.

• Если печется большой кулич, надо воткнуть лучинку при

посадке. Первый раз смотрят кулич (1 кг) примерно через 1,5 часа. Если тесто прилипает к лучине – значит, кулич еще сырой.

Мультиварка идеально подходит для выпечки куличей. Форма ее чаши, ее антипригарное покрытие, а так же режим приготовления «Выпечка» позволяют в итоге получить прекрасно пропеченный кулич, который не зачерствеет всю Пасхальную неделю до Радоницы. Продолжительность выпечки кулича зависит от его размера и может длиться от 1 до 2 часов. Куличей и кексов лучше не вынимать из мультиварки сразу же после окончания программы. Следует дать им постоять при закрытой крышке минут 15–20. Тогда они не будут сильно оседать. Подогрев при этом нужно отключить.

Для вынимания готовой выпечки из кастрюльки удобно пользоваться вкладышем-пароваркой. Это делается так: в чашу с куличом нужно вставить вкладыш и переворачивать все вместе. Кулич аккуратно упадет на вкладыш. Чашу поднять, и кекс остается лежать на вкладыше. Можно перекладывать его на тарелку.

Готовые куличи богато украшают глазурями, символическими надписями, орехами и цукатами.

При еде кулич разрезают не вдоль, а поперек, причем верхушку сохраняют и покрывают ею оставшуюся часть кулича.

Кулич царский

- ***50 г дрожжей***
- 3 ***стакана сливок***
- ***1,2 кг пшеничной муки***
- ***по 200 г сливочного масла и сахарного песка***
- ***15 желтков***
- ***10 зерен толченого кардамона***

1 толченый мускатный орех
50 г шинкованного миндаля
по 100 г цукатов и изюма
толченые сухари

Развести дрожжи в 1 стакане сливок и поставить на них густую опару на 600 г пшеничной муки.

Когда опара поднимется, ввести в нее растертые со сливочным маслом и сахарным песком яичные желтки.

Добавить еще 600 г муки, 2 стакана сливок, толченый кардамон, толченый мускатный орех, шинкованный миндаль, мелко нарезанные цукаты и промытый, осушенный изюм. Взбить тесто и оставить подниматься на 2 часа. Потом снова вымесить тесто.

Выложить тесто в смазанную маслом чашу мультиварки.

Включить подогрев и оставить в закрытой мультиварке на 30 минут.

Не открывая крышку, включить режим «Выпечка» и готовить в течение 1 часа.

Открыть крышку, дать немного остыть и выложить на тарелку и подать к столу.

Кулич заварной

- 3 ***стакана муки***
- ***3 стакана молока***
- ***50 г сухих дрожжей***
- ***40 яиц***
- ***2 1/2 стакана сахарного песка***
- ***3 стакана масла***

Муку заварить кипящим молоком и хорошо размешать. Когда остынет до температуры парного молока, прибавить дрожжи, распущенные ***в 1/2*** стакана молока, и дать подняться в тепле. Отделить желтки от белков.

После этого прибавить желтки, растертые добела с сахарным песком, и взбитые белки, дать вторично подойти, прибавить масло и всыпать муки, сколько потребуется для надлежащей густоты, выбить как можно лучше, и дать еще раз подняться. Выложить тесто в смазанную маслом чашу мультиварки. Включить подогрев и оставить в закрытой мультиварке на 30 минут.

Не открывая крышку, включить режим «Выпечка» и готовить в течение 1 часа.

Заварной кулич с изюмом

- ***12 стаканов муки***
- ***2 стакана теплого чая***
- ***1 стакан молока***
- ***1/2 стакана топленого*** *масла*
- ***3/4 стакана сахара***
- ***3/4 стакана изюма***

2 яйца

- ***50 г дрожжей***

соль

ваниль

- ***гвоздика***

Накануне выпечки в 8 часов вечера влить в дрожжи полстакана теплой воды и дать им подняться. Заварить полстакана муки таким же количеством кипящего молока, хорошенько размешать.

Если плохо заварилось, то немного прогреть, постоянно помешивая.

Когда дрожжи подойдут, смешать их с заварным тестом, добавить остывшего кипяченого молока, чайную ложку соли и два яйца (от них оставить немного для подмазки).

Понемногу всыпать столько муки, чтобы получилось густое тесто, размешать его до гладкости и, хорошенько укрыв, поставить до утра в теплое место подходить.

С утра добавить в тесто полстакана подогретого, но не горячего, топленого масла и влить понемногу два стакана некрепкого теплого чая, размешанного с 3/4 стакана сахарного песка.

Затем положить в тесто ваниль, гвоздику или другие душистые приправы и всыпать, непрерывно помешивая, почти всю оставшуюся муку.

Вывалить тесто на стол или доску и бить до тех пор, пока в нем не появятся пузыри. Затем положить тесто в смазанную изнутри топленым маслом посуду, накрыть полотенцем и оставить подходить.

Через час выложить его на доску, добавить в него изюм, еще побить, но осторожно, и дать ему в течение получаса подойти в той же посуде.

Тестом заполнить на ***1/2*** чашу мультиварки, смазать верх кулича яйцом.

Включить подогрев и оставить в закрытой мультиварке на 30 минут.

Не открывая крышку, включить режим «Выпечка» и готовить в течение 1 часа.

Кулич с фундуком

- ***320 г муки***
- ***250 мл молока***
- ***25 г дрожжей***
- ***3 яйца***
- ***70 г сливочного масла***
- ***150 г сахара***
- ***100 г изюма***
- ***100 г цукатов***
- ***100 г фундука***
- ***ванильный сахар***
- ***молотый кардамон***
- ***соль***

Яйца заранее охладить. Муку и соль просеять через сито. Влить в дрожжи теплое молоко, добавить сахар и половину муки. Вымесить тесто, накрыть его пищевой пленкой и поставить в теплое место на 2 часа. Отделить яичные желтки от белков.

Отдельно взбить белки и желтки. Добавить в тесто оставшуюся муку, взбитые желтки и белки, сливочное масло. Вымесить гладкое эластичное тесто, вновь накрыть пленкой и дать ему еще раз подняться.

Добавить в тесто замоченный изюм, нарезанные цукаты, измельченный фундук, ванильный сахар и кардамон. Тщательно перемешать.

Выложить тесто в чашу мультиварки так, чтобы она была наполнена на одну треть. Смазать верх кулича яйцом.

Включить подогрев и оставить в закрытой мультиварке на 30 минут.

Не открывая крышку, включить режим «Выпечки» и готовить 1 час. Готовый кулич выложить на тарелку.

Посыпать кулич сахарной пудрой или украсить сахарной глазурью.

Кулич шоколадный

- ***20 г сухих дрожжей***
- ***1,5 стакана муки***
- ***15 яиц***
- ***2 стакана сахарного песка***
- 1/2 ***стакана шоколада***
- ***1/4 стакана рома***

1/2 стакана красного вина

- ***1/2 стакана ржаных сухарей***
- ***1/2 стакана воды***

100 г апельсиновых цукатов

по 1/2 ч. ложки толченой корицы, гвоздики

Распустить в воде дрожжи, размешать с мукой и дать подняться в теплом месте. После этого положить в тесто 15 желтков, растертых добела с 2 ст. сахарного песка.

Добавить тертый шоколад, ром, красное вино, ржаные сухари, мелко изрубленные апельсиновые цукаты, немного толченой гвоздики и корицы. Все хорошо выбить и дать подняться.

Добавить 15 взбитых белков и муки до надлежащей густоты, переложить в чашу мультиварки, смазанную внутри маслом.

Включить подогрев и оставить в закрытой мультиварке на 30 минут.

Включить режим «Выпечка» и готовить 1 час.

Кулич миндальный

- ***1 кг муки***

1/2 ***л молока***

- ***50–70 г свежих дрожжей***

5 яиц

- ***200 г сахара***
- ***300 г сливочного масла***
- ***200 г очищенного миндаля***

1 лимон

150 г изюма

- ***соль по вкусу***

Вскипятить молоко, охладить до температуры парного молока. В небольшой части молока развести дрожжи, добавив 1 ст. ложку сахара.

В молоко всыпать муку, добавить вспенившиеся дрожжи, тщательно перемешать и, прикрыв полотенцем, поставить в теплое место для брожения.

Когда тесто поднимется, прибавить 5 взбитых с оставшимся сахаром желтков, растопленное теплое масло, натертую цедру лимона, часть очищенных и измельченных ядер миндаля, изюм, соль, наконец.

Ввести взбитые в стойкую пену белки, тщательно вымесить тесто, перемешивая сверху вниз.

Положить тесто в обильно смазанную мягким маслом, подпыленную мукой чашу мультиварки, смазать поверхность кулича желтком, посыпать ядрами миндаля.

Включить подогрев и оставить в закрытой мультиварке на 30 минут.

Не открывая крышку, включить режим «Выпечка» и готовить в течение 1 часа.

Кулич с орехами

Для кулича:
600 г муки
3 яйца
- ***250 мл молока***

100 г сахара
150 г сливочного масла
- ***25 г дрожжей***

ванилин
соль
лимонная цедра
Для начинки:
250 г молотых или толченых орехов
2/3 стакана сахара
125 мл молока
100 г изюма
ванильный сахар

Муку просеять в миску, желтки растереть с сахаром и солью добела, добавить тертую лимонную цедру.

Посередине муки сделать углубление, влить в него дрожжи, разведенные в 2 ч. ложках молока и засыпанные ложкой муки.

Когда дрожжи немного подойдут, добавить желтки, затем все остальные ингредиенты. Вымешать тесто в течение 1 часа, подсыпая понемногу муку, пока оно не станет густым и однородным.

Под конец добавить взбитые в пену белки и растопленное масло. Далее месить тесто на доске руками, время от времени смазывая их маслом, чтобы тесто не приставало.

Готовое тесто выложить в чашу мультиварки на четверть объема, далее начинку и затем вторую часть теста.

Слой начинки должен быть меньшего диаметра, чем тесто, чтобы верхний пласт как бы «обтекал» ее.

Включить подогрев и оставить в закрытой мультиварке на 30 минут. Не открывая крышку, включить режим «Выпечка» и готовить 1 час. Открыть крышку, дать немного остыть и выложить на тарелку.

Верх кулича украсить половинками грецких орехов, посыпать сахарной пудрой.

Сдобный кулич

Для теста:
12 стаканов муки
3 стакана молока
2 стакана сахара
1 1/2 стакана изюма
1/2 стакана топленого масла
50 г дрожжей
7 яиц
1 ч. ложка соли
душистые приправы (ваниль, кардамон, розовое масло) по вкусу

Для глазури:
1 яичный белок
1/2 стакана сахарной пудры
сок лимона
цветная присыпка

Развести опару на дрожжах, молоке 6 стаканах муки. Поставить ее в тепло. Растереть 5 желтков с сахаром, солью и приправами.

Когда опара подойдет, положить в нее растертые желтки, вбить еще 2 яйца, всыпать оставшиеся 6 стаканов муки, но чтобы тесто не было слишком густым. Хорошо выбить тесто на столе, добавить в него изюм, переложить в посуду и дать до утра подойти. Утром еще побить и дать полежать.

Затем положить тесто в чашу мультиварки, заполнив ее на одну треть. Включить подогрев и оставить в закрытой мультиварке на 30 минут. Затем смазать верх яйцом, включить режим «Выпечка» и готовить 1 час.

Для приготовления глазури в маленькую мисочку вылить белок. Непрерывно его взбивая, постепенно добавить сахарную пудру из ситечка. Можно внести несколько капель лимона.
Готовой глазурью смазать куличи и сверху сделать украшения цветной посыпкой.

Кулич кондитерский

170 г сливочного маргарина (в том числе для смазки форм)

- ***20 г дрожжей***
- ***100 мл молока***

80 г изюма

- ***соль***

ванилин

Для сиропа:

60 г сахара

- ***20 мл вины***
- ***45 мл воды***

Для помадки:

- ***90 г сахара***
- ***25 мл воды***

30 г повидло

- ***цукатов или фруктов***

Поставить опару и выдержать ее в течение 4 часов при 30 ˚С. Яйца, сахар, соль, помешивая веничком, нагреть до 35 ˚С. Все это положить в опару, всыпать просеянную муку и замесить тесто.

Перед окончанием замешивания добавить разогретое до густой сметаны масло, промытый перебранный изюм и оставить тесто для брожения на 1–1,5 часа при температуре 30–35 ˚С.

Затем сделать обминку.

Готовое тесто подкатать в виде шара и уложить в чашу мультиварки, смазанную маслом.

Включить подогрев и оставить в закрытой мультиварке на 30 минут.

Не открывая крышку, включить режим «Выпечка» и готовить в течение 1 часа.

Остывшее изделие выложить мультиварки, поставить дном вверх и через 8-10 минут ароматизировать в сиропе.

Заглазировать помадой и украсить повидлом, цукатами или фруктами.

Баба кружевная

- ***500 г муки***
- ***50 г дрожжей***
- ***10 яиц***
- ***500 г сахара***
- ***1/3 стакана молока***
- ***соль по вкусу***

Взбить 10 желтков с сахаром, добавить муку, развести в небольшом количестве молока свежие дрожжи, взбивать не менее часа, затем добавить взбитые в стойкую пену белки и, перемешав сверху вниз, выложить в обильно смазанную мягким маслом и подпыленную мукой форму. Поставить в теплое место.

Когда тесто поднимется выложить его в смазанную маслом чашу мультиварки.

Включить подогрев и оставить в закрытой мультиварке на 30 минут.

Не открывая крышку, включить режим «Выпечка» и готовить в течение 1 часа.

Баба медовая

- ***1 кг пшеничной муки***
- ***550 г меда***
- ***70 г дрожжей***
- ***1/4 л сливок***
- ***500 г желтков***
- ***300 г сахара***
- ***400 г сливочного масла***
- ***соль по вкусу***

Мед вскипятить и, сняв образовавшуюся пену, смешать со сливками, добавить муку, замесить не слишком густое тесто, дать остыть до температуры парного молока, после чего ввести растворенные в небольшом количестве молока (сливок) вспенившиеся дрожжи, хорошо перемешать. Прикрыть полотенцем, поставить в теплое место для брожения.

Когда тесто поднимется, добавить растопленное масло, взбитые с сахаром желтки, соль и сколько потребуется муки. Тесто тщательно выбить, выложить в чашу мультиварки, смазанную достаточно большим слоем масла, заполняя ее до половины.

Включить подогрев и оставить в закрытой мультиварке на 30 минут. Не открывая крышку, включить режим «Выпечка» и готовить в течение 1 часа.

Баба шафранная

- ***1 кг муки***
- ***1/2 л молока***
- ***80 г дрожжей***
- ***8 желтков***
- ***4 белка***
- ***150 г сахара***
- ***140 г растопленного масла***
- ***100 г изюма***
- ***30 мл спирта***
- ***щепотка шафрана***
- ***30 г апельсиновой цедры***
- ***цедра 1 лимона***
- ***1 ч. ложка соли***
- ***сахарная пудра***

250 г муки развести теплым молоком и добавить дрожжи.

Опарное тесто прикрыть салфеткой и поставить на час в теплое место, чтобы оно хорошо поднялось.

Взбить веничком желтки, сахар, белки, цедру одного небольшого лимона, предварительно замоченную в рюмке спирта (на 3 часа) и щепотку шафрана (прополоснуть в сите!).

Положить эту массу в опару, прибавить 750 г муки, соль и месить тесто 30 минут.

После этого влить в тесто растопленное масло, всыпать изюм и тоненько нарезанную, сваренную в сахаре апельсиновую цедру. И снова месить тесто до тех пор, пока оно не начнет отставать от рук и стенок миски.

Потом переложить его в смазанную маслом чашу мультиварки. Включить подогрев и оставить в закрытой мультиварке на 30 минут.

Не открывая крышку, включить режим «Выпечка» и готовить в течение 1 часа.

Теплую бабу посыпать сахарной пудрой или же покрыть глазурью.

Баба нежная

- ***100 г муки***
  6 яиц
  3 желтка
  100 г сахарной пудры
- ***100 г масла***
  цедра 1/2 лимона
  ванильный сахар

Сначала взбивать яйца и желтки с сахаром до загустения на горячей водяной бане. Затем продолжать взбивание массы, сняв посуду с водяной бани, до полного охлаждения, после чего добавить муку, измельченную цедру лимона, ванильный сахар и растопленное теплое масло.

Быстро замесить легкое воздушное тесто, вылить в чашу мультиварки, обильно смазанную размягченным сливочным маслом, обсыпанную мукой или панировочными сухарями, заполняя ее лишь до половины.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Охлажденную бабу вынуть из мультиварки, посыпать сахарной пудрой с ванилином.

Баба ромовая

- *3 яйца*
- *150 г сахара*
- *150 г муки*

Для пропитки:

1 стакан вишневого сока

2 ст. ложка рома

Для соуса:

3–4 ст. ложки рома

2 желтка

- *1/4 л сливок*

1 ст. ложка крахмала

Яйца с сахаром взбить миксером до получения пены, осторожно всыпать муку, быстро замесить тесто и так же осторожно наполнить им чашу мультиварки, обильно смазанную маслом, обсыпанную мукой.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Выпеченную бабу аккуратно извлечь из мультиварки, охладить, пропитать вишневым соком с ромом, для чего опустить в миску с пропиткой.

Для приготовления соуса на паровой бане взбить сливки с желтками, крахмалом, в конце влить ром, довести до загустения. При подаче к столу бабу полить сладким соусом.

Баба ванильная

- ***300 г муки***
- ***20 г дрожжей***
- ***1/3 стакана молока***
- ***4 желтка***

75 г сахара

160 г сливочного масла

- ***щепотка ванильного*** *сахара*

100 г изюма

- ***1 ст. ложка рома***

цедра 1/2 лимона

Для обсыпки:

- ***1 ст. ложка сахарной пудры***

Дрожжи развести в теплом молоке, добавить теплое растопленное масло, сахар, ванильный сахар, ром, натертую цедру лимона и в самом конце – желтки. Затем всыпать муку и сильно взбить.

Когда тесто будет свободно отставать от миски и пузыриться, добавить предварительно вымытый, обсушенный и обвалянный в муке изюм.

Наполнить тестом смазанную маслом и обсыпанную сухарями форму, поставить в теплое место для брожения. Когда тесто поднимется выложить его в смазанную маслом чашу мультиварки.

Включить подогрев и оставить в закрытой мультиварке на 30 минут. Не открывая крышку, включить режим «Выпечка» и готовить 1 час.

Открыть крышку, дать немного остыть и выложить бабу на тарелку.

После полного охлаждения посыпать сахарной пудрой.

Нельзя посыпать пудрой теплую бабу, – пудра растает, вид изделия будет непривлекательным.

Песочная баба

Муку смешать с содой. Изюм промыть, обсушить. Миндаль порезать. В миске растереть масло с желтками (поочередно добавляя по одному желтку), сахарной пудрой, ванилином, лимонным соком, мукой и молоком. Когда получится однородная масса, смешать ее с сухофруктами.

Выложить тесто в чашу мультиварки, смазанную достаточно большим слоем масла.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Еще теплую бабу посыпать сахарной пудрой с ванилином и остудить.

Баба ореховая

- ***250 г муки***
50 г орехов
150 г сахара
- ***50 г сливочного масла***
2 яйца
60 мл молока
- ***сок и натертая цедра***
1/2 лимона
- ***1 ч. ложка соды***
1 ст. ложка порошка какао

Для обсыпки:
сахарная пудра с ванилином

Взбить масло с сахаром и яйцами в пену, добавить сок и мелко натертую цедру лимона, измельченные ядра орехов, какао, влить молоко, наконец, всыпать муку, смешанную с содой, быстро замесить тесто.

Тесто вылить в обильно смазанную размягченным маслом, обсыпанную мукой или сухарями чашу мультиварки.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Готовую, совершенно остывшую бабу посыпать сахарной пудрой с ванилином.

Петербургская баба

- ***18 яиц***
- ***– 35 г дрожжей***
- ***15 ядер миндаля***
- ***1 лимон***
- ***200 г сливочного масла***
- ***3/4 стакана сахара***
- 2 ***стакана сметаны***
- ***400 г муки***
- ***1/3 стакана молока***
- ***соль по вкусу***

Яичные желтки аккуратно отделить от белков. Желтки взбить с сахаром до образования пены.

Натереть цедру лимона и миндаль, взбить сливочное масло, положить их во взбитые желтки, хорошо перемешать.

Развести дрожжи в теплом молоке. Взбить до пены яичные белки. В миску с желтками, постоянно помешивая, добавить разведенные дрожжи, сметану, муку и в конце – яичные белки.

Массу выложить в форму, накрыть полотенцем и поставить в теплое место для того, чтобы тесто поднялось.

Затем выложить его в чашу мультиварки, заполнив ее на треть объема.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Баба маковая

- *600 г муки*
- *30 г дрожжей*
- *1/2 стакана молока*
- *4 желтка*
- *100 г сахара*
- *150 г сливочного масла*
- *цедра лимона*
- *соль*

Для маковой начинки:

- *150 г мака*
- *1/4 л молока*
- *40 г сахара*
- *20 г сливочного масла*
- *30 г молотого пряника*
- *цедра лимона*
- *корица*
- *20 г шоколада*
- *1 ст. ложка меда*

Приготовить дрожжевое тесто, поставить в теплое место для брожения. Тем временем приготовить маковую начинку: молоко вскипятить с сахаром, поварить в нем мак до мягкости, затем тщательно истолочь его в ступке.

Полученную массу смешать с медом, натертой цедрой лимона, корицей, натертым на терке пряником, шоколадом.

Тесто раскатать, намазать маковой начинкой, завернуть рулетом, положить в смазанную маслом чашу мультиварки.

Включить подогрев и оставить в закрытой мультиварке на 30 минут.

Не открывая крышку, включить режим «Выпечка» и готовить в течение 1 часа.

Открыть крышку мультиварки, дать немного остыть и выложить на тарелку.

Баба лимонная

2 лимона
2 стакана сахара
12 яиц
1/2 ***стакана крахмала***
3/4 стакана муки
сливочное масло

Цедру лимонов натереть на терке. Потом сварить в воде оба лимона до мягкости. Вынуть, немного остудить, разрезать, удалить зерна, а лимоны растереть в каменной посуде и прибавить 1 стакан сахара, всыпая его понемногу.

Желтки взбить с остальным сахаром, выложить их в растертые лимоны и, прибавив тертую цедру, размешать.

Взбить в густую пену 12 белков, осторожно выложить их в приготовленную массу, подсыпая понемногу сперва крахмал, а потом муку. Все хорошо и равномерно размешать.

Чашу мультиварки смазать маслом.
Выложить тесто на 3/4 и готовить в режиме «Выпечка» 1 час.

Баба с шоколадом и орехами

- ***300 г муки***
- ***100 г ядер орехов***

200 г сахара

- ***4 желтка***
- ***200 г сливочного масла***
- ***50 г шоколада***
- ***100 мл молока***

4 белка

сода на кончике ножа

Для обсыпки:

сахарная пудра с ванилином

Масло с сахаром и желтками взбить до получения пышной пены и полного растворения кристаллов сахара, добавить стружку шоколада, измельченные орешки, влить тонкой струйкой молоко, перемешать.

Затем всыпать муку, смешанную с содой, после чего ввести взбитые в стойкую пену белки.

Выложить тесто в смазанную маслом чашу мультиварки.

Включить режим «Выпечка» и готовить 1 час.

Охлажденную бабу вынуть из мультиварки, посыпать сахарной пудрой с ванилином.

Баба сливочная с ванилью

- ***300 г муки***
- ***150 г крахмала***
- ***10 яиц***
- ***300 г мелкого сахара***
- ***150 г сливочного масла***
- ***300 мл молока***
- ***10 г ванилина***

Вскипятить молоко с 1 стаканом сахара и ванилью, дать остыть.

Сливочное масло положить в кастрюльку и вливать понемногу вскипяченное молоко, не переставая мешать лопаткой.

Остальной сахар растереть с 8 желтками, чтобы масса загустела. Затем всыпать муку и крахмал, размешать.

Взбить в густую пену 10 белков, выложить их в эту массу, осторожно перемешать, чтобы белки не осели.

Чашу мультиварки смазать маслом.
Выложить тесто и готовить в режиме «Выпечка» 1 час.

Баба тирольская

- ***300 г муки***
  150 г крахмала
  300 г сливочного масла
- ***450 г мелкого сахара***
  12 яиц
  1 ст. ложка сливок
  150 г цукатов
- ***70 г миндаля***
  ванилин
- ***сахарная пудра***

Положить в кастрюлю сливочное масло, немного разогреть, но не совсем распускать, вымесить до густоты сметаны, добавить сахар, ванилин и размешать.

Нарубить цукаты, положить ошпаренный, вычищенный и истолченный со сливками миндаль. Все это хорошенько размешать.

Затем по одному вбить яйца, не переставая мешать лопаткой (чем больше мешать, тем лучше выходит тесто, нежнее и вкуснее). Положить в приготовленное тесто всю муку и хорошенько вымесить.

Выложить тесто в чашу мультиварки до половины высоты, засыпать сверху рубленым миндалем. Готовить в режиме «Выпечка» 1 час.

Когда баба остынет, посыпать сахарной пудрой.

Баба на желтках

- ***12 желтков***
  11/2 стакана сахара
  1 стакан растопленного сливочного масла
  1/2 стакана дрожжей
  1,5 стакана муки
  ром по вкусу

Процеженные желтки и 2 стакана просеянного сахара растереть до бела.

Влить растопленное масло, мешать 30 минут, всыпать муку, влить дрожжи, мешать 30 минут. Слегка посыпать мукой, накрыть, дать подняться.

Когда тесто поднимется, выбить его лопаткой, налить полформы, дать немного подняться.

Чашу мультиварки смазать сливочным маслом. Выложить тесто и готовить в режиме «Выпечка» 1 час.

Между тем вскипятить сладкий, но жидкий сироп, влить по вкусу ром. Вынуть бабу из мультиварки, горячую выложить боком на блюдо. Дать остыть. Затем облить ее горячим сиропом, перевернуть на блюде несколько раз, чтобы она пропиталась сиропом.

Поставить на блюдо, дать обсохнуть и подавать к столу.

Баба миндальная

- ***150 г муки***

250 г сахара
12 яиц
70 г сладкого миндаля
50 г горького миндаля
30 мл вишневого ликера
сливочное масло

12 желтков растереть с сахаром добела. Ошпарить и очистить сладкий и горький миндаль, истолочь его с ликером и выложить в желтки с сахаром, хорошенько перемешав.

Затем взбить в пену белки, всыпать муку, перемешать с желтками и положить взбитые белки. Осторожно перемешать.

Чашу мультиварки смазать маслом и обсыпать миндалем.

Выложить тесто и готовить в режиме «Выпечка» 1 час.

Шафранный кекс

- *500 г муки*
- *300 г сливочного масла*
- *1/2 стакана сливок*
- *3 яйца*
- *1 стакан сахара*
- *50 г дрожжей*
- *1/2 г шафрана*

5 зернышек кардамона
натертая лимонная цедра
1 пачка ванильного сахара
1 стакан изюма
4 ст. ложки апельсиновых цукатов
2 ст. ложки рома Для глазури из белка:
1 стакан сахарной пудры
1 белок
по 1 ч. ложке апельсинового и лимонного соков
2 ст. ложки тертого шоколада
Для шоколадной глазури:
1 белок
1 стакан сахарной пудры
2 ч. ложки столового уксуса
1–2 ст. ложки какао

Масло вместе с мукой порубить ножом, добавить взбитые яйца, растворенные в сливках дрожжи и все быстро вымесить в однородную массу.

Тесто погрузить в емкость с теплой водой (комнатной температуры) и дать подойти. Подошедшее тесто через 30 минут поднимется над водой.

К тесту добавить пряности, сахар, ром и промытый, обсушенный и обвалянный в муке изюм и цукаты. Готовое тесто выложить в смазанную маслом чашу мультиварки.

Готовить в режиме «Выпечка» 1 час.

Остывший кекс вынуть из формы, а затем покрыть его глазурями, каждая из которых влита в свой бумажный фунтик.

Медовый кекс

- ***2 стакана муки***
- ***2 ст. ложки меда***

1/2 стакана сахара
150 г сливочного масла
5 яиц
1 ч. ложка яблочного уксуса
1 ч. ложка соды
1 1/2 стакана фундука
корица молотая
анилин
соль
сахарная пудра для посыпки

Смешать яйца, мед, масло, сахар, соль и взбить до получения однородной массы. Добавить соду, погашенную уксусом, ванилин, корицу, орехи, всыпать муку и замесить тесто.

Выложить тесто в смазанную маслом чашу мультиварки.

Включить режим «Выпечка» и готовить 1 час.

Открыть крышку, дать немного остыть и выложить кекс на тарелку.

Готовый кекс посыпать сахарной пудрой.

Шоколадно-ореховый кекс

1 пакетик разрыхлителя
50 мл сливок
по 100 г белого и темного шоколада
2 ст. ложки миндальных лепестков

Духовку нагреть до 180 ˚С. Орехи обжарить без добавления жира.

Остудить и смешать со специями и цедрой. Сливочное масло растереть с сахаром, ванильным сахаром и солью. Ввести яйца. Подмешать муку, разрыхлитель, орехи и сливки.

Выложить тесто в смазанную маслом чашу мультиварки и обсыпанную панировочными сухарями.

Включить режим «Выпечка» и готовить 1 час.

Кекс остудить и вынуть мультиварки.

Шоколад разломать на кусочки и по отдельности расплавить. Полить кекс и глазури придать мраморный рисунок. Посыпать миндалем.

Бисквиты и торты

…я машинально поднес ко рту ложечку чаю с кусочком бисквита. Но как только чай с размоченными в нем крошками пирожного коснулся моего неба, я вздрогнул: во мне произошло что-то необыкновенное.

М. Пруст

Где и кто изобрел торт сказать сложно. Небольшая часть кулинарных историков склоняется к тому, что первый его прототип выпекли в Италии. Лингвисты считают, что итальянское torta можно переводить с итальянского как «нечто витиеватое» и «замысловатое», и связывают его с множеством украшений торта из различных цветов, надписей и орнаментов.

Большая часть историков склонна думать иначе. Они считают, что это блюдо пришло к нам с Востока, где древние кондитеры готовили десерты в виде Вавилонской башни с использованием меда, молока и кунжута. Формой они были схожи с современными тортами.

Какое бы не существовало мнение о происхождении тортов, нельзя не согласиться с принятым утверждением, что основоположником моды в мире десертов является Франция. Именно французские мастера– кондитеры на протяжении веков диктовали правила в сервировке и украшении этих сладостей. Не мудрено, что в этой стране романтики и любви возникли названия кондитерских изделий, которые прочно укоренились в кулинарных книгах: безе, карамель, крем, желе и бисквит.

Такого пышного и аппетитного бисквита, какой получается мультиварке, не выпечь ни в одной печке! Тем более, благодаря чаше мультиварки он получается высоким настолько, что его можно разрезать не 2–3 коржа, а даже на 4–5.

Режим «Выпечка» соответствует духовке с температурой 180 ˚С. Это единственный режим мультиварки, который спокойно относится к отсутствию воды в чаше. Учитывая, что мощность мультиварок небольшая, и температура не столь высока, время приготовления на этом режиме несколько больше, чем в духовке.

Иногда времени, выставленного первоначально не хватает для приготовления бисквита. Тогда нужно поставить еще дополнительное время и довести до готовности. При этом нужно учитывать такую техническую особенность мультиварки: у нее и

на этом режиме есть защита от перегрева, поэтому сразу же после окончания первого цикла работы она может повторно не включиться. Тогда нужно просто подождать несколько минут, мультиварка немного остынет, и позволит включить себя снова.

Для бисквита важно приготовить тесто нужной консистенции. Оно должно получиться легким, как бы воздушным, т. е. если небольшой перебор с мукой, то плохо поднимется.

При приготовлении бисквитного теста важно, чтобы была вымешана легкая воздушная масса. Этого можно достичь двумя способами: первый способ – это когда яйца целиком взбиваются с сахаром (так называемая «венская масса»), второй способ – при котором белки отделяют от желтков. Сначала растирают в пену желтки с добавлением воды и сахара, затем белки взбивают в густую пену. Это дает более стойкую массу.

Чтобы получить более рассыпчатый бисквит, в приготовляемое тесто добавляется картофельный крахмал или картофельная мука.

Стенки чаши не должны смазываться жиром, иначе тесто в процессе выпекания будет подниматься только по центру.

Начинающих «мультиваров» не должен смущать белый верх выпечки. Это нормально, ведь нагревательный элемент в крышке очень слабый, он, скорее всего, предназначен просто для уменьшения теплообмена через крышку. Поэтому верх хуже запекается. Избежать этого можно тремя способами:

• перевернуть кекс другой стороной и поставить еще минут на 20 для запекания и этой стороны,

• украсить бледную сторону кремом, вареньем, глазировкой,

• выложить на блюдо белой стороной вниз. Тогда эта не очень симпатичная сторона не будет видна при подаче.

Бисквит с ягодами и взбитыми сливками

- ***10 яиц***
- ***2 1/2 стакана сахара***
- ***2 стакана муки***
- ***1 кг клубники или малины***
- ***1 1/2 стакана сахарной*** *пудры*
- 3 ***стакана сливок или сметаны***
- ***ванилин по вкусу***

Желтки отделить от белков. Белки поставить на холод. Желтки растереть с сахаром добела в пышную массу. Белки взбить в крутую пену.

Нерастертые желтки всыпать муку; сверху положить взбитые белки и все хорошо вымешать осторожно сверху вниз.

Выложить бисквитную массу в смазанную маслом и посыпанную мукой чашу мультиварки, разровнять смоченными в холодной воде руками.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Готовность определить воткнутой в середину бисквита щепочкой (если она остается сухой, значит бисквит готов).

Ягоды за несколько часов до приготовления (лучше накануне, на ночь) засыпать сахарной пудрой и поставить на холод, чтобы они пропитались сахаром и дали сок.

Остывший бисквит разрезать по горизонтали, пропитать ягодным соком, разбавленным водой, пересыпать ягодами и сверху украсить взбитой с сахаром и ванилином сметаной или сливками.

Бисквит с изюмом и цукатами

- *160 г сахара*
- *4 яйца*
- *ванильный сахар*

лимонная цедра

- *160 г крупчатки*
- *разрыхлитель теста*

200 г сухофруктов

– грецкие орехи– миндаль или

- *фундук*
- *финики*

– инжир

- *шоколад*
- *цукаты (апельсиновые)*

консервированная тыква

в сахарном сиропе и т. п.

Сахар растереть с желтками, тертой лимонной цедрой и ванильным сахаром.

Добавить взбитые белки, дробленые грецкие орехи, миндаль, консервированные фрукты и муку, смешанную с разрыхлителем.

Выложить бисквитную массу в смазанную маслом и посыпанную мукой чашу мультиварки.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Выложить бисквит из мультиварки, на следующий день нарезать. Остывший бисквит можно полить шоколадной глазурью.

Бисквит с кленовым сиропом

- ***12 яиц (белок)***
- ***1 ч. ложки лимонной кислоты***

1/2 ч. ложки соли
1 1/4 стакана сахара
1 1/4 стакана муки
1 ч. ложка ванилина
3 ст. ложки кленового сиропа
Для глазури:
1/4 стакана кленового сиропа
1 яйцо (белок)
1 1/2 стакана сахара

Тщательно взбить белки при помощи миксера, постепенно добавить винный камень и соль. Не переставая взбивать, добавить стакан сахара и перемешивать массу до тех пор, пока сахар не раствориться.

Оставшийся сахар смешать с мукой и добавить к белкам, после этого добавить ванилин и кленовый сироп.

Перелить бисквитную массу в смазанную маслом и посыпанную мукой чашу мультиварки.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Для получения глазури смешать все ингредиенты до консистенции густой массы, смазать остывший бисквит.

Бисквит маковый

- *1 стакан мака*
  1 стакан сахара
  5 яиц
- *1/2 стакана панировочных сухарей*
  маргарин
- *панировочные сухари (для обсыпки)*

Мак залить кипятком и оставить на 2–3 часа. Отцедить, пропустить через мясорубку два раза. Отделить белки от желтков. Желтки взбить с сахаром, добавить мак и панировочные сухари, перемешать.

Белки взбить в тугую пену, осторожно перемешать с тестом.

Перелить бисквитную массу в смазанную маслом и посыпанную мукой чашу мультиварки.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Бисквит можно полить глазурью или обсыпать сахарной пудрой.

Масляный бисквит

- ***9 яиц***
- ***150 г муки***
- ***230 г сахара***
- ***100 г сливочного масла***
- 75 г ***крахмала***

Масло растереть лопаточкой и взбить с сахаром добела. Затем, продолжая взбивать, в 3–5 приемов добавить желтки.

В отдельной посуде взбить охлажденные белки так, чтобы они держались на поднятом венчике.

Половину взбитых белков переложить в массу из масла, сахара и желтков и слегка перемешать.

Затем добавить муку, остальные белки и замесить однородное тесто.

Готовое тесто перелить в смазанную маслом и посыпанную мукой или мелко нарубленным миндалем чашу мультиварки, заполняя примерно на 3/4 высоты.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Бисквит карамельный

- ***100 г сахара***

100 мл горячей воды

50 мл растительного масла

- ***50 мл йогурта***

200 г муки

3 ч. ложки пекарского порошка

Расплавить сахар в толстостенной кастрюле на слабом огне, постоянно помешивая ложкой. Когда сахар потемнеет, влить горячую воду и держать на огне, пока сахар не растворится. Снять с огня и остудить. Добавить подсолнечное масло, йогурт и перемешать.

Просеять муку и пекарский порошок в миску. Влить карамельную массу и взбивать ложкой 1 минуту. Выложить бисквитную массу в смазанную маслом чашу мультиварки.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Выложить корж и остудить полностью. Разрезать его на две части.

Прослоить и украсить бисквит вареным сгущенным молоком.

Бисквит кофейный с грецкими орехами

- ***1 ст. ложка растворимого ячменного кофе***
- ***2 ст. ложки горячей воды***
- ***200 мл молока***
- ***50 мл растительного масла***
- ***200 г муки***
- ***4 ч. ложки разрыхлителя***
- ***100 г сахара***
- ***50 г измельченных грецких орехов***
- ***50 г половинок грецких***

Растворить ячменный кофе в кипящей воде. Соединить кофейный напиток, молоко, масло и остудить. Просеять в миску муку и пекарский порошок, добавить сахар. Положить туда же грецкие орехи и перемешать. Влить в муку кофейную смесь и взбивать 1 минуту.

Выложить бисквитную массу в смазанную маслом чашу мультиварки.

Готовить в режиме «Выпечка» 1 час. Дать остыть 10 минут.

Выложить из мультиварки на решетку и подождать, пока коржи остынут полностью.

Прослоить масляным кофейным кремом, им же покрыть верх бисквита. Украсить половинками грецких орехов.

Бисквит с красной смородиной

- ***6 яиц***
- ***6 ст. ложек сахара***
- ***1 стакан муки***

Для начинки:

- ***1 стакан красной смородины***
- ***1 ст. ложка сахара***
- ***3 ст. ложки кокосовой стружки***
- ***1 ч. ложка сливочного масла***

Для приготовления теста яичные белки отделить от желтков, белки положить в отдельную емкость, накрыть и поставить в холодильник.

Желтки взбить с сахаром до получения пышной массы, всыпать (при постоянном помешивании) небольшими порциями муку и затем ввести взбитые в густую пену белки.

Тесто осторожно перемешать, чтобы не осело. Красную смородину вымыть, обсушить и смешать с сахаром и 2 ст. ложками кокосовой стружки.

Чашу мультиварки смазать сливочным маслом и посыпать кокосовой стружкой.

На дно (в центральную часть) выложить половину ягодной

начинки и залить порцией теста. Затем по всей поверхности выложить еще порцию ягод, снова залить тестом, и так далее.
Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Бисквит с манкой и йогуртом

- ***90 г сливочного масла***
150 г сахара
- ***1 пакетик ванильного сахара***
- ***3 яйца***
- ***375 г йогурта***
2 ст. ложки тертой цедры
2 ст. ложки рома
180 г муки
180 г манной крупы
1 1/2 ч. ложки разрыхлителя

Размягченное слвочное масло растереть с сахаром и ванильным сахаром до полного его растворения.

Добавить яйца по одному, йогурт, цедру и ром.

Муку перемешать с манкой и разрыхлителем, добавить в яичную смесь и перемешать.

Чашу мультиварки смазать маслом. Выложить тесто и готовить в режиме «Выпечка» 1 час.

Бисквит на йогурте

- ***200 г муки***
- ***4 ч. ложки разрыхлителя***
- ***100 г сахара***
- ***150 мл йогурта***
- ***5 ст. ложек растительного масла***
- ***1 ч. ложка ванильной эссенции***

Просеять в миску муку и пекарский порошок, всыпать сахар. В другой миске смешать йогурт, масло и ванильную эссенцию.

Влить жидкую смесь в муку и взбивать 1 минуту.

Переложить тесто в смазанную маслом чашу мультиварки.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Вынуть корж из мультиварки и дать остыть.

Можно прослоить и украсить бисквит по вкусу.

Сырный бисквит

- ***10 яичных желтков***
- ***1 стакан тертого сыра***
- ***1 1/2 стакана муки***
- ***2 яйца (белок)***
- ***цедра 1 лимона***

Взбить в пену желтки яиц, добавить острый тертый сыр. Пшеничную муку, цедру лимона и взбитые белки.

Переложить бисквитную массу в смазанную маслом и посыпанную мукой чашу мультиварки.

Готовить в режиме «Выпечка» 1 час.

Торт ореховый

- ***1 кг чищеных грецких орехов***
- ***1 стакан сахара***

10 яиц

4 ст. ложки муки

Перебрать грецкие орехи и перемолоть до очень мелких кусочков.

Взять 10 яиц, отделить белки от желтков. Желтки растереть с одним стаканом сахара, затем добавить 4 ст. ложки муки и взбивать до получения кремообразной массы. Отдельно взбивать белок.

Затем в перемолотые орехи добавить желток с сахаром и мукой и все смешать с хорошо взбитыми белками.

Выложить тесто чашу мультиварки и готовить в режиме «Выпечка» 1 час.

Торт «Эльзасский»

Для теста:

- ***80 г сливочного масла***
- ***200 г муки***
- ***80 г сахарного песка***
- ***1 яйцо,***
- ***1 ч. ложка соды***

Для начинки:

- ***100 г сливочного масла***
- ***80 г миндаля***
- ***80 г сахара***
- ***1 яйцо***
- ***1 ст. ложка цукатов***
- ***1 ч. ложка соды***
- ***80 г сливочного масла***
- ***100 г муки***
- ***100 г сахара***

Для глазури:

3 яйца

- ***100 г сахарной пудры***
- ***1 ч. ложка соды***
- 2 ***ст. ложки воды***
- ***1 ст. ложка вишневой наливки***

Быстро замесить тесто и поставить на 30–35 минут в холодильник.

Масло, сахар и яичные желтки взбить, добавить обжаренный и размолотый миндаль, измельченные цукаты, соду, муку и все хорошо перемешать.

В конце добавить взбитый с сахаром белок.

Тесто раскатать, выложить его в чашу мультиварки, приподняв края.

Уложить начинку и готовить в режиме «Выпечка» 1 час.

Сахарную пудру развести вишневой наливкой (можно водой) и полученным сиропом залить теплый торт.

Торт творожный с клубникой

- ***6 яиц***

– 150 г манной крупы

Для крема:

- ***150 мл сливок***

1 кг сухого творога

50 г сахарной пудры

400 г сахара

- ***100 г клубники***
- ***200 г сливочного масла***

Масло, желтки и сахар растереть добела, добавить протертый через сито творог и прогретую на сковороде манную крупу.

Все хорошо перемешать, ввести взбитые в густую пену белки.

В чаше мультиварки приготовить два коржа в режиме «Выпечка» 1 час.

Охлажденные коржи уложить друг на друга, промазав их кремом. Взбитые сливки перемешать в миксере с размятой клубникой и сахарной пудрой.

Верх торта украсить кремом и целыми ягодами клубники.

Торт шоколадный «Саше»

- ***125 г маргарина***
- ***1 пакетик пудры ванилиновой***
- ***200 г плиточного шоколада***
- ***300 г сахара***
- ***6 яиц***
- ***сухари панировочные***
- ***125 г пшеничной муки***
- ***абрикосовый конфитюр***
- ***соль по вкусу***

Взбить до появления пены маргарин с половиной сахара и ванилиновой пудрой, постепенно добавить в массу 125 г тертого шоколада и желтки.

Круто взбитые со щепоткой соли белки попеременно с просеянной мукой постепенно, порциями подмешать в шоколадную массу.

Выложить тесто в смазанную маслом и посыпанную панировочными сухарями чашу мультиварки.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Остаток тертого шоколада и сахар прокипятить в 250 мл воды 10 мин на слабом огне и дать остыть.

Поверхность торта смазать теплым абрикосовым конфитюром и нанести шоколадную глазурь.

Можно использовать также готовую шоколадно-масляную глазурь.

Торт со сгущенным молоком

Для теста:

- ***150 г муки***
- ***150 г сахара***
- ***6 яиц***

Для крема:

- ***300 г сливочного масла***
- 3 ***яичных желтка***
- ***150 г сгущенного молока***
- ***100 г халвы***
- ***ванилин***

Яйца взбить с сахаром с помощью миксера в пышную массу, всыпать просеянную муку.

Все перемешать и выложить в чашу мультиварки.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Бисквиту дать отстояться в течение 5 минут, остудить и разрезать на 2 пласта. Взбить размягченное сливочное масло с помощью миксера, влить сгущенное молоко, добавить натертую на мелкой терке халву, яичные желтки и ванилин.

Крем снова взбить до получения однородной массы.

Бисквитные коржи прослоить кремом. Верх и бока торта также обмазать им.

Торт «Прага»

Для теста:
1 ст. ложка какао
1 яйцо
200 г сгущенного молока
1/2 ч. ложки соды
- ***4 ст. ложки сахара***

200 г сметаны
- ***1 1/2 стакана муки***

Для крема:
100 г сливочного масла
- ***200 г сгущенного молока***

Для глазури:
- ***50 г сливочного масла***
- ***1 ст. ложка сахара***

1 ст. ложка какао
1 ст. ложка сметаны

Сахар тщательно растереть с яйцом, добавить полбанки сгущенного молока, сметану, какао, муку, затем соду (погасить сметаной).

Из приготовленного полужидкого теста в мультиварке приготовить два коржа в режиме «Выпечка» 1 час. Затем прослоить кремом, верх залить глазурью.

Тщательно взбить размягченное сливочное масло со сгущенкой.

Растопленное сливочное масло смешать с сахаром, какао и сметаной. Довести эту смесь до кипения, затем ее следует снять с огня.

Торт с ореховым кремом

Для теста:
250 г муки
7 г соды
6 яиц
150 г растертых орехов
250 г сахарной пудры
- ***30 г ванильного сахара***
- ***10 ст. ложек воды***

Для крема:
- ***50 г растертых орехов***

150 г сахарной пудры
- ***3 яйца***
- ***2 ст. ложки рома***

250 г сливочного масла

Сахар растереть с желтками, добавить воду, все перемешать.

Добавить орехи, взбитые в густую пену белки с ванильным сахаром, мукой, смешанной с питьевой содой, массу перемешать.

Чашу мультиварки смазать маслом, обсыпать мукой и выложить тесто.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Готовый и охлажденный торт украсить по своему усмотрению ореховым кремом.

Яйца взбить с сахарной пудрой, добавить масло, орехи и ром.

Торт с вишнями и шоколадом

- ***125 г муки***
200 г сахарной пудры
- 5 ***яичных белков***
- ***400 г сметаны***
- ***400 г консервированной вишни (без косточек)***
75 г шоколада
50 мл вишневой наливки
- ***1 ст. ложка желатина***

Яичные желтки взбить в крутую пену и добавить примерно половину сахарной пудры, при этом непрерывно продолжать взбивать.

Шоколад растворить в горячей воде до однородной массы и смешать с мукой. Затем добавить белковую пену и все осторожно вымешать.

Чашу мультиварки смазать маслом, выложить в нее тесто и готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа. Вынуть бисквит и дать полностью остыть.

Половину сметаны взбить, добавить остальную сахарную пудру и вишневую наливку, перемешать. Замочить в воде желатин, дать ему раствориться. Смешать желатин со сметанной смесью, добавить остальную сметану и все перемешать.

Разрезать бисквит на 3 коржа. На первый положить большую часть вишни и смазать сметанным кремом.

Уложить второй корж, на него положить слой сметанного крема. Накрыть последним коржом.

Сверху и по бокам торт смазать кремом, положить оставшиеся ягоды и посыпать мелко покрошенным шоколадом.
Охлаждать торт в холодильнике в течение 1,5–2 часов.

Торт «Праздничный»

Для начинки:

3 яйца

- ***2/3 чашки сахара***

1213 чашки толченого миндаля

щепотка корицы

1/2 ч. ложки муки

1/4 чашки растопленного сливочного масла

- ***1/4 чашки настругаННого ломтиками бланшированного миндаля***

Из муки, сливочного масла, сахара, яйца и лимонной цедры замесить тесто. Раскатать в пласт по форме чаши мультиварки. Покрыть тестом ее дно и края.

Взбить яйца с сахаром до пышности. Прибавить миндаль, корицу, муку и сливочное масло. Перемешать.

Полученную массу выложить на тесто, посыпать сверху кусочками миндаля.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Торт «Панама»

- ***3/4 чашки сахара***
- ***7 желтков***
- ***6 ст. ложек тертого шоколада***

11/2 чашки молотого миндаля

- 5 ***белков, взбитых в пену***

Для крема:

6 ст. ложек сливочного масла

- 1/2 ***чашки ванильного сахара***

3 квадратика растопленного шоколада

2 яйца

- ***2/3 чашки бланшированного миндаля, наструганного и обжаренного***

Взбить сахар с желтками до пышной консистенции. Прибавить шоколад и молотый миндаль, затем взбитые белки.

Полученное тесто вылить в смазанную маслом и посыпанную мукой чашу мультиварки.

Готовить в режиме «Выпечка» 1 час. Затем корж охладить и разделить на 2 слоя.

Взбить сливочное масло, прибавить ванильный сахар, шоколад и яйца. Продолжить взбивание до получения однородной воздушной массы.

Половиной крема прослоить торт, а оставшейся половиной обмазать со всех сторон. Посыпать миндальной стружкой.

Торт «Альпийский»

Для начинки:

• 1/2 ***чашки сливок***

• ***4 желтка***

2!3 чашки сливочного масла

• ***1/4 чашки ванильного сахара***

• ***кофейная глазурь***

Растереть желтки с сахарным сиропом и лимонным соком. Прибавить белки и муку.

Полученную массу вылить в смазанную маслом и посыпанную мукой чашу мультиварки.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Готовый бисквит охладить, затем разделить на 3 одинаковых коржа.

Смешать сливки с желтками и взбивать на пару до загустения. Охладить. Прибавить размягченное сливочное масло и ванильный сахар.

Полученным кремом прослоить готовые коржи и покрыть сверху кофейной или любой другой глазурью по собственному вкусу.

Торт со сливками

- ***6 желтков***
- ***1 1/4 чашки сахара***
- ***1 1/2 чашки муки***
- ***6 белков, взбитых в крутую пену***

Для миндальной начинки:

- ***6 ст. ложек сливочного масла***

– 4 желтка

1 чашка сахара

2 чашки толченого миндаля

- ***470 мл густых сливок***
- ***1 ст. ложка сахара***

Взбить желтки с сахаром до пышности. Прибавить муку, хорошенько перемешать. Соединить со взбитыми белками.

Полученное тесто вылить в смазанную маслом и посыпанную мукой чашу мультиварки.

Готовить в режиме «Выпечка» 1 час.

Испеченное тесто оставить на 12 часов, затем разрезать вдоль на 5 коржей. Взбить масло, прибавить желтки, сахар, миндаль и половину указанного количества сливок (не взбитых). Полученным кремом прослоить торт и оставить на 1 день в холодильнике.

Перед подачей взбить оставшиеся сливки с сахаром и украсить торт.

Торт миндальный

- *60 г растопленного шоколада*
- 3 *желтка*
- *1 1/3 чашки молотого миндаля*
- *6 белков, взбитых в крутую пену*

Для крема:

- *1/2 чашки сахара*
- *3 яйца*
- *кусочек стручка ванили величиной 2,5 см*

1/2 ч. ложки кукурузного крахмала

- *6 ст. ложек сливочного масла*
- *60 г шоколада*

1/3 чашки грецких орехов, пропущенных через мясорубку
1/3 чашки фундука, пропущенного через мясорубку
шоколадная глазурь

Взбить масло с сахаром. Прибавить шоколад и желтки и продолжать взбивать. Соединить с миндалем и взбитыми белками. Полученное тесто вылить в смазанную маслом и посыпанную мукой чашу мультиварки.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.

Смешать сахар с яйцами, добавить ваниль и крахмал и взбить на пару до загустения. Охладить и вынуть ваниль. Взбить сливочное

масло и шоколад. Соединить с заварным кремом, грецкими орехами и фундуком.

Полученным кремом прослоить торт и покрыть сверху шоколадной глазурью.

Торт с земляникой

- ***2 желтка***
- ***4 яйца***
- ***1/2 ч. ложки тертой лимонной цедры***
- ***1/3 чашки сахара***
- ***1/2 чашки просеянной муки для сдобного теста***

Для крема:

1 чашка густых сливок

2 ст. ложки сахара

1/3 чашки сливочного масла

- ***1/4 чашки клубничного*** *пюре*

1/2 чашки просеянной муки

1 чашка свежей земляники

Желтки и яйца соединить с сахаром, добавить лимонную цедру и взбивать на пару до загустения. Снять с огня и продолжать взбивать, пока масса не остынет.

Прибавить муку и сливочное масло, предварительно растопленное и охлажденное. Полученную массу вылить в смазанную маслом и посыпанную мукой чашу мультиварки.

Готовить в режиме «Выпечка» 1 час. Остудить.

Взбить сливки в густую пену; смешать с сахаром и клубничным пюре.

Полученным кремом покрыть торт, посыпать сверху земляникой и поставить на 2 часа в холодильник для застывания. Для приготовления торта идеально использовать мелкую лесную землянику; если же она недоступна, можно использовать нарезанную на кусочки клубнику.

Шоколадный торт

- ***3/4 чашки сливочного масла***
- ***3/4 чашки сахара***
- ***140 г расплавленного шоколада***
- ***8 желтков***
- ***1 2/3чашки молотого миндаля***
- 1/2 ***чашки бисквитных крошек***
- ***8 белков, взбитых в густую пену***
- ***джем***
- ***шоколадная глазурь***
- ***2 ст. ложки нарубленного тонкими брусочками миндаля***

Сливочное масло взбить вместе с сахаром и шоколадом. Прибавить желтки и взбить в крем. Всыпать миндаль и бисквитные крошки. Соединить со взбитыми белками.

Полученную массу вылить в смазанную маслом и посыпанную мукой чашу мультиварки.

Готовить в режиме «Выпечка» 1 час.

Торт смазать джемом и покрыть шоколадной глазурью. Украсить кусочками миндаля.

Шоколадный торт со взбитыми сливками

- ***6 желтков***
- ***1 чашка сахара***
- ***2 ст. ложки растопленного сливочного масла***
- ***1 чашка муки***
- ***1 ст. ложка муки для сдобного теста***
- ***1/4 ч. ложки тертой лимонной цедры***
- ***6 белков, взбитых в крутую пену***
- ***235 г густых сливок***
- ***1/4 чашки сахара***
- ***шоколадная глазурь***

Растереть желтки с сахаром и взбивать до образования воздушной, пышной массы.

Прибавить сливочное масло, муку и лимонную цедру. Вмешать взбитые белки.

Полученную массу вылить в смазанную маслом и посыпанную мукой чашу мультиварки.

Готовить в режиме «Выпечка» 1 час.

Когда пирог остынет, срезать с него верхний слой толщиной 0,8 см. В оставшемся корже сделать выемку и наполнить ее взбитыми подслащенными сливками.

Затем накрыть срезанным слоем и смазать шоколадной глазурью.

Торт песочный с творогом и черникой

Для теста:

- ***150 г маргарина***
- ***150 г сахара***
- 1/2 ***ч. ложки ванилина***
- ***1 яйцо***
- ***220 г муки***
- 2 ***ч. ложки разрыхлителя***

Для начинки:

- ***600 г творога***
- ***4 яйца***
- ***150 г сахара***
- ***90 г крахмала***
- ***300 г черники***

Масло растереть с сахаром и ванилином, добавить яйцо, перемешать. Добавить разрыхлитель и муку, замесить не очень крутое тесто.

Выложить тесто в чашу мультиварки, руками размять его по дну, заезжая на стенки и формируя бортики.

Приготовить начинку. Отделить белки от желтков, желтки растереть с сахаром. Добавить творог, хорошо перемешать, добавить крахмал, перемешать. Белки взбить с каплей лимона, добавить в творожную массу, аккуратно перемешать ложкой. В чернику (предварительно размороженную) добавить 1 ст. ложку сахара, 1 1/2 ст. ложки крахмала, все хорошо перемешать.

Творожную массу выложить на тесто, разровнять.

Поверх творога выложить черничную массу.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 65, затее перевернуть и выпекать еще 60 минут.

Торт с ананасовым кремом

Для начинки:

4 ломтика консервированного ананаса, нарезанного кубиками

1 чашка ананасового сока

4 желтка

- ***1/3 чашки сахара***

щепотка кукурузного крахмала

2 ст. ложки лимонной цедры

1 чашка сливочного масла

ананасовая глазурь

Растереть желтки с сахаром и лимонным соком. Прибавить взбитые белки и муку.

Полученную массу вылить в смазанную маслом и посыпанную мукой чашу мультиварки.

Готовить в режиме «Выпечка» 1 час.

Охладить и разрезать вдоль на 3 коржа. Залить кусочки ананаса 1/2 чашки ананасного сока и тушить 5 мин. Охладить.

Оставшийся сок смешать с желтками, сахаром, крахмалом, лимонным соком и цедрой и взбивать на пару до образования густой массы.

Размягчить сливочное масло, смешать с кусочками ананаса, после чего соединить с желтковой массой, дав ей предварительно остынуть.

Полученным кремом прослоить торт и покрыть сверху ананасовой глазурью.

Торт из лесных орехов

- ***3 яйца***
- ***1/2 чашки сахара***
- ***2/3 чашки фундука, пропущенного через мясорубку***

4 желтка
4 белка, взбитых в пену
1/2 чашки бисквитных крошек
1/2 чашки джема
белая глазурь
1 ст. ложка фундука или ангелики

Яйца, сахар, орехи и желтки смешать до получения однородной массы.

Прибавить взбитые белки и бисквитные крошки.

Полученную массу вылить в смазанную маслом и посыпанную мукой чашу мультиварки.

Готовить в режиме «Выпечка» 1 час.

Готовый корж остудить, разрезать вдоль на две части, прослоить джемом и покрыть белой глазурью. Украсить торт кусочками орехов или ангелики. (Орехи можно предварительно покрыть карамелью.)

Блюда из яиц, молока и молочных продуктов

Яйца в кухне играют туже роль, что и предлоги в речи, иначе говоря, они так необходимо нужны, что без них самый искусный повар бросил бы свое ремесло.

А. Гримо де Ла Раньер

Яйцами человечество питалось с тех пор, как они стали случайной находкой первобытного человека, который занимался собирательством. Впоследствии люди одомашнили птиц и научились получать яйца к завтраку. С тех пор «аб ово» и варят и жарят и парят…

Быстрота и простота приготовления большинства блюд из яиц сделали их популярными у многих народов и у разных слоев населения. Хозяйку, у которой в холодильнике хранится запас яиц невозможно застать врасплох. Из них можно быстро приготовить много простых, высокопитательных и вкусных блюд: яйца вареные, фаршированные, запеченные, многочисленные яичницы – натуральные и с наполнителями, яйца в тесте.

Самым популярным блюдом на завтрак считается, вкусное, простое и нежное блюдо – омлет. В мультиварке он готовится быстро и получается особо вкусным и воздушным. Дело в том, что характер свертывания яичных белков не изменяется, если их разбавить некоторым количеством воды, а смесь тщательно перемешать. Вот почему при изготовлении омлетов можно получить кулинарные изделия с более нежным вкусом, если использовать для этого не все яйцо целиком, а только белки, добавляя к ним воду или молоко.

Молоко – «всеобъемлющий» продукт – друг человека с колыбели. Ведь до определенного возраста человек, как и другие млекопитающие, потребляет только молоко, так необходимое для питания, роста и развития его организма.

Творог – один из древнейших кисломолочных продуктов. «Желанным кушаньем на столах и бедных и богатых» назвал творог в I веке до нашей эры римский философ Колумелла. Он полезен всем: включается в рацион малышей и на протяжении всей жизни человек не может обойтись без этого замечательного

блюда. В твороге содержится все необходимое нашему организму: белок, незаменимые аминокислоты, витамины и молочный жир. Он используется для приготовления сырников, запеканок, вареников, пудингов, оладий, творожников.

Рецептов творожных запеканок, сырников, оладий, творожников, чизкейков для мультиварки – великое множество. Вообще запеканка в мультиварке – это произведение кулинарного искусства! От такой запеканки никто не откажется, даже гурманы и «малоежки». Творожная запеканка долго сохраняет всю полноту вкуса, получается пышной и с аппетитной румяной корочкой. Помимо творога, для ее приготовления используют манную крупу, ванилин, изюм, фруктовые сиропы, цукаты, цедру лимона или апельсина, рубленые орехи.

Очень удобно и быстро готовить в мультиварке йогурт. Он получается точно таким же, как и в йогуртнице: плотным и вкусным.

Ну и, конечно, мультиварочное устройство идеально «справляется» с блюдами, требующими длительного томления. Используя эту особенность, в чудо-кастрюлке можно приготовить густые и изумительные на вкус продукты: топленое молоко и ряженку. Кстати из топленого молока в дальнейшем можно приготовить творог. В мультиварке он получается довольно плотным, но не зернистым, и не кислым, а имеет топленый привкус и яркий цвет.

Вареные яйца

В чашу мультиварки положить яйца и залить водой. Готовить в режиме «Варка на пару» 10 минут.

Омлет с молоком

- ***3 яйца***
- ***80 мл молока***
- ***сливочное масло***
- ***соль по вкусу***

Яйца взбить с молоком и влить в смазанную маслом чашу мультиварки. Готовить в режиме «Выпечка» 15 минут.

Омлет со сладким перцем

- ***6 яиц***
- ***2 стакана молока***
- ***1 сладкий перец***
- ***зеленый лук***
- ***соль***

Перец нарезать соломкой, измельчить лук. Яйца взбить с молоком. В чашу мультиварки налить яично-молочную смесь, добавить перец и лук, посолить, перемешать. Готовить в режиме «Выпечка» в течение 40 минут.

Омлет с ветчиной и грибами

- ***50 г ветчины***
- ***100 г шампиньонов***
- ***1/2 ст. ложки топленого масла***
- ***4 яйца***
- ***1/2 стакана молока***
- ***соль***
- ***специи***

Ветчину и шампиньоны нарезать кубиками. Смазать чашу мультиварки топленым маслом, выложить ветчину и грибы, готовить в режиме «Выпечка» в течение 5 минут.

Тем временем приготовить смесь для омлета. Разбить в стакан яйца, замерить объем.

Перелить яйца в миску, а в стакан налить ровно половину объема, который занимали яйца (для идеального результата важно соблюсти эту пропорцию строго).

Перелить молоко в миску с яйцами.

Посолить и поперчить по вкусу, затем аккуратно перемешать вилкой или венчиком до однородности, не взбивая смесь.

Влить омлетную смесь в чашу мультиварки, аккуратно перемешать лопаткой и готовить в режиме «Выпечка» 15 минут. По окончании процесса проверить готовность омлета лопаткой в центре – если он не застыл до конца, готовить еще 5 минут.

Готовый омлет аккуратно вытряхнуть на тарелку, при желании посыпать зеленью и подавать к столу.

Омлет с зеленью

- ***1 пучок кинза***
- ***1 пучок петрушки***
- ***1 пучок укропа***
- ***1/2 пучка зеленого лука***
- ***1 пучок мяты***
- ***6 яиц***
- ***1/4 ч. ложки лимонной*** *кислоты*
- ***4 ст. ложки растительного*** *масла*
- ***соль***
- ***черный молотый перец***

Всю зелень промыть и обсушить. Удалить жесткие стебли, нарубить. Смешать зелень с яйцами, посолить и поперчить, добавить лимонную кислоту. Слегка взбить вилкой.

В чашу мультиварки влить растительное масло и дать ему прогреться 3–4 минуты в режиме «Выпечка» (выбрать продолжительность режима 40 минут).

Затем влить омлетную смесь в чашу и продолжать готовить в том же режиме 20 минут.

Не выключая мультиварку, с помощью тарелки вытряхнуть омлет, перевернуть его и вернуть обратно в чашу.

Продолжать готовить до сигнала, после чего вытряхнуть готовый омлет на тарелку, разрезать на порции и подавать.

Омлет с зеленью и сыром

5 яиц

- ***100 мл сливок***

50 г сыра
30 г зеленого лука
30 г зелени петрушки
30 г укропа
соль
перец по вкусу

Яйца взбить со сливками, добавить тёртый сыр, соль, перец, укроп, зеленый лук, петрушку. Залить в чашу мультиварки и готовить в режиме «Выпечка» в течение 20 минут. Затем полностью мультиварку и подождать 10–15 минут.

Омлет с ветчиной и грибами

2 яйца

- ***300 мл бульона или воды***
- ***50 г ветчины***
- ***50 г вареной куриной грудки***
- ***50 г шампиньонов***
- ***соль***
- ***перец по вкусу***

В миске взбить яйца и добавить холодный бульон или воду. Посолить, поперчить и процедить через сито. В чашу мультиварки положить кусочки ветчины, вареной куриной грудинки и ломтики грибов. Залить все яичной смесью и готовить в режиме «Выпечка» 25 минут.

Омлет из белков с говядиной на пару

- ***5 яичных белков***
- ***150 г вареной говядины***
- ***соль***
- ***перец по вкусу***

Говядину измельчить в блендере. Во вкладку для варки на пару постелить фольгу, оставив края-мисочки и выложить рубленую говядину. Налить в чашу мультиварки 1 стакан воды и включить режим «Варка на пару» 10 минут.

Пока закипает вода взбить белки до пены, выложить на мясо и закрыть крышку.

Готовый омлет выложить на тарелку и подать к столу.

Омлет с помидорами и зеленым луком

5 яиц
- *2 помидора*
- *100 г зеленого лука*
- *100 мл сливок*
- *80 г сметаны*
- *тертый сыр*
- *2 ст. ложки муки*
- *соль*
- *укроп*
- *петрушка*

Включить мультиварку на режим «Выпечка» на 25 минут. Растопить в чаше мультиварки сливочное масло и поджарить измельченные лук и помидор в течение 5 минут.

Взбить яйца, добавить сливки, сметану, муку и снова взбить. Потом положить в массу соль, укроп, петрушку и тертый сыр. Залить этой смесью помидоры с луком и все перемешать.
Включить режим «Выпечка» 20 минут.

Омлет с овощами

- ***400 г замороженных овощей***
- ***6 яиц***
- ***100 г сыра***
- 3 ***ст. ложки майонеза***
- ***черный молотый перец***
- ***соль***

В чашу мультиварки всыпать замороженные овощи, соль, перец.

Влить 160 мл кипятка, перемешать, включить режим «Плов».

В процессе приготовления периодически открывать крышку мультиварки и помешивать. Когда овощи будут желаемой мягкости – выключить.

В миске смешать яйца, майонез, соль, перец. Можно налить 2–3 ст. ложки воды. Взбить вилкой. Добавить тертый сыр и перемешать.

В готовые овощи влить сырно-яично смесь, перемешать ложкой от мультиварки (прямо в чаше). Включить режим «Выпечка» 20 минут.

Накрыть чашу мультиварки тарелкой (диаметр больше диаметра чаши), резко перевернуть и поставить на стол.

Омлет с соевым соусом

- ***3 яйца***
- ***3 ст. ложки сметаны***
- ***1 ч. ложка соевого соуса***
- ***4 кусочка сыра***

Взбить венчиком яйца со сметаной и соевым соусом, вылить в мультиварку. Сверху разложить кусочки сыра. Готовить в режиме «Выпечка» 20 минут.

Омлет из белков

- *6 белков*
- *1 головка репчатого лука*
- *100 мл сливок*
- *1 ч. ложка крахмала*
- *1/2 ч. ложки сухой аджики*
- *сода на кончике ножа*
- *50 мл сырного соуса*
- *укроп*
- *сливочное масло*
- *соль*

Включить мультиварку на режим «Выпечка» 20 минут. В чаше мультиварки растопить сливочное масло и поджарить измельченный лук.

Все оставшиеся ингредиенты взбить миксером и залить этой смесью лук.

Посыпать измельченным укропом.

Выпекать оставшееся время, приблизительно 15 минут. Не открывать крышку еще 5 минут.

Затем выложить омлет на тарелку и подать к столу.

Омлет с грибами, сосисками и сухариками

- ***3 яйца***
- 5 ***ст. ложек молока***
- ***50 г шампиньонов***
- ***50 сосисок***
- ***10 сухариков***
- ***сливочное масло***
- ***укроп***

Включить режим «Выпечка» 20 минут.

В чашу мультиварки положить масло и обжарить ломтики шампиньонов и нарезанные сосиски 10 минут.

Яйца перемешать с молоком и влить в мультиварку к грибам и сосискам. Сверху посыпать сухариками и закрыть крышку.

Готовый омлет выложить на тарелку и посыпать измельченным укропом.

Омлет с луком

2 яйца

- ***80 мл молока***
- ***1–2 ст. ложки растительного масла***
- ***1/4 луковицы***
- ***50 г сыра***
- ***соль***
- ***перец по вкусу***

Включить мультиварку на режим «Выпечка» на 25 минут. В чашу мультиварки влить масло и поджарить мелко нарезанный лук в течение 5 минут. Взбить яйца с молоком, солью и перцем. Добавить тертый сыр и снова взбить. Залить этой смесью лук и все перемешать. Включить режим «Выпечка» 20 минут.

Омлет со шпинатом и брынзой

- ***1 пучок шпината***
- ***50 г брынзы***
- ***3 яйца***
- ***100 мл молока***
- ***сливочное масло***

Шпинат промыть и нарезать. Включить мультиварку в режим «Выпечка» 30 минут.

В чашу положить сливочное масло и поджарить на нем шпинат в течение 10 минут.

Нарезать брынзу и добавить к шпинату.

Яйца взбить с молоком и влить в мультиварку. Закрыть крышку и готовить до сигнала.

Омлет с блинной мукой

- ***4 яйца***

160 мл жирных сливок
1 ст. ложка блинной муки
соль
перец по вкусу

Все ингредиенты слегка взбить и влить в чашу мультиварки. Готовить в режиме «Выпечка» 20 минут.

Сладкий омлет

• 2 *яйца*
100 мл молока
2 ст. ложка муки
соль
4 ч. ложки сахара

В миске взбить яйца, молоко, муку, сахар и соль. Перелить смесь в чашу мультиварки. Готовить в режиме «Выпечка» 20 минут.

Омлет со сливками

5 яиц
- *100 мл сливок*
- *5 ложек сметаны*
- 3 *ложки муки*
- *растительное масло*
- *1/2 сладкого перца*
- *1 помидор*
- *соль*

Включить мультиварку на режим «Выпечка» на 25 минут. В чашу мультиварки влить масло и поджарить нарезанные перец и помидор в течение 5 минут.

Яйца, сливки, сметану, муку и соль взбить в миксере. Залить смесью поджаренные перец и помидор. Перемешать.
Включить режим «Выпечка» 20–25 минут.

Омлет с колбасой

- *7 яиц*
- *4 ст. ложки сметаны*
- *100 мл молока*
- *100 г колбасы*

2–3 ст. ложки муки

растительное масло

- *соль*

зелень

Яйца, сметану и молоко взбить венчиком в однородную массу.

Добавить муку и еще раз перемешать.

На дно чаши мультиварки, смазанное растительным маслом, выложить кусочки колбасы и залить полученной смесью.

Готовить в режиме «Выпечка» 25 минут, затем 10 минут на подогреве.

Перевернуть с помощью паровой формочки и выложить на тарелку. Посыпать измельченной зеленью.

Омлет с макаронными изделиями

2 яйца

- ***100 мл молока***
- ***50 г вермишели***
- ***1 головка репчатого лука***
- ***растительное масло***
- ***соль***

Вермишель залить кипятком на 5 минут.

Включить мультиварку в режим «Выпечка» 20 минут. Влить в чашу мультиварки масло и поджарить измельченный лук.

Яйца взбить с молоком и солью. Вермишель добавить к луку и залить все яично-молочной смесью.

Готовый омлет выложить на тарелку и подать к столу.

Омлет с колбасой и помидорами

- ***6 яиц***
  150 г тертого сыра
- ***50 г копченой колбасы***
- ***50 г помидоров***
- ***2 ст. ложки майонеза***
  молоко
  соль
  специи
- ***масло***

Включить мультиварку в режим «Выпечка» 30 минут. В чашу положить сливочное масло и поджарить кусочки колбасы в течение 5 минут.

Яйца взбить в миксере. Добавить майонез, молоко, сыр, специи и опять взбить.

В чашу мультиварки к обжаренным колбаскам добавить нарезанные помидоры и залить все полученной смесью.

Закрыть крышку и готовить до сигнала.

Готовый омлет выложить на тарелку и подать к столу.

Яичница с помидорами и сардельками

- ***4 яйца***
- 3 ***сардельки***
- ***2 помидора***
- ***домашние сухарики с чесноком***
- ***растительное масло***

В чашу мультиварки влить немного масла, положить нарезанные сардельки и помидоры.

Залить все яйцами и посыпать сухариками.
Готовить в режиме «Выпечка» в течение 20 минут.

Яичница с сыром и орехом

- 5 *яиц*
- *100 г кисломолочного сыра с аджикой*
- *1 головка репчатого лука*
- *50 г орехов*
- *2–3 зубчика чеснока*
- *1 ст. ложка орехового масла*

Включить мультиварку в режим «Выпечка» 20 минут.

В чаше мультиварки спассеровать мелко нарезанный репчатый лук на ореховом масле, добавить размельченный кисломолочный сыр с аджикой.

Через 2 минуты влить взбитые яйца. Яичницу с сыром остудить.

Очищенные орехи, чеснок и зелень (мяту и киндзу) пропустить через мясорубку (два раза) и разложить на яичнице с сыром.

Яичница с баклажаном и луком

- ***3 яйца***

1 маленький баклажан:

1 средняя луковица

1 ч. ложка оливкового масла

Баклажан помыть, нарезать меленькими кусочками, выложить в чашу мультиварки и влить масло.

Включить режим «Выпечка» 40 минут. Жарить баклажаны в течение 20 минут.

Тем временем нарезать лук и добавить к баклажанам. Все перемешать. Яйца взбить вилкой. За 5 минут до окончания приготовления влить яичную массу и все перемешать.

Запеканка творожная

- ***600–800 г творога***
- ***250 г сметаны***
- ***4 яйца***
- ***1/2 стакана сахара***
- 3 ***ст. ложки крахмала***
- ***ваниль***

Яйца взбить с сахаром до пышной пены. Добавить творог, снова взбить. Затем добавить сметану, ваниль, крахмал и тоже взбить.

Вылить творожную массу в смазанную маслом чашу мультиварки, готовить в режиме «Выпечка» в течение 1 часа.
Не открывать крышку мультиварки до полного остывания (подождать часа 3), затем аккуратно достать запеканку с помощью формы для варки на пару.

Творожно-тыквенная запеканка

1/2 стакана сахара
3 ст. ложки крахмала
ваниль

Яйца взбить с сахаром до густой пены. Добавить творог и снова взбить, затем сметану, взбить, тыкву, снова взбить.

Вмешать крахмал и ванилин, снова все взбить. Чашу мультиварки смазать маслом, вылить полученную массу и готовить в режиме «Выпечка» в течение 65 минут.

Затем запеканку нужно перевернуть и оставить еще на 20 минут в том же режиме.

Творожная запеканка с изюмом

- ***500 г творога***
- ***100–120 г сахара***

2 яйца

- ***100 г сметаны***
- ***1 пакетик разрыхлителя***
- 1/2 ***стакана манной крупы***
- ***1 щепотка ванилина***
- ***1 щепотка соли***
- 1/2 ***стакана изюма***
- ***50 г сливочного масла***
- ***200 г сметаны***

Растереть творог с сахаром, добавить яйца, сметану, разрыхлитель, манную крупу, ванилин и соль, тщательно размешать, чтобы не было комочков. Оставить в закрытой посуде на 1 час, чтобы разбухла манная крупа. Затем добавить в творожную массу промытый изюм.

Чашу мультиварки равномерно смазать сливочным маслом. Выложить в нее творожную массу и разровнять.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 60 минут.

По окончании режима мультиварку отключить, а запеканку оставить в чаше под закрытой крышкой минут на 10.

Готовую запеканку аккуратно перевернуть на блюдо и разрезать на порционные куски.

К запеканке отдельно подать сметану.

Творожная запеканка с какао, изюмом и лимоном

- 4 ***00 г творога***
- ***4 ст. ложки сметаны***
- ***2 яйца***

изюм
лимон, прокрученный с сахаром
2 ст. ложки какао
2 ст. ложки манки
1 ч. ложка разрыхлителя

Смешать творожную массу (творог, сметану и яйца), разделить ее поровну. В одну половину добавить какао, в другую – изюм, предварительно залитый кипятком. В чашу мультиварки выложить массу с изюмом, промазать прослойкой (протертым лимоном с сахаром), сверху положить вторую часть массы, с какао.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 65 минут.
После выключения дать постоять еще минут 10.

Тыквенно-творожная запеканка с апельсинами

- ***600 г творога***
- ***3 яйца***
- ***3 стакана тыквы, натертой на мелкой терке***
- 2 ***больших апельсина, нарезанных кусочками***
- ***1/2 стакана любого кисломолочного напитка (кефир, ряженка)***
- ***1/3 стакана сахара***
- ***5 ст. ложек крахмала без верха***

Яйца взбить с сахаром до пены, добавить творог, снова взбить, затем добавить кефир – взбить. Добавить крахмал, перемешать, тыкву, снова перемешать, апельсины – опять перемешать.

Залить массу в смазанную маслом чашу мультиварки, готовить в режиме «Выпечка» в течение 65 минут.

Затем запеканку нужно перевернуть и оставить еще на 20 минут в том же режиме.

Дать остыть, прежде чем открывать крышку, достать запеканку и на ночь поставить в холодильник.

Творожная запеканка с яблоками

- ***500–700 г яблок***
- ***4 яйца***
- ***150 г сахарного песка***
- ***мелко натёртая цедра***

1 лимона

- ***1 пакетик ванильного сахара***
- ***500 г нежирного творога***
- ***125 г манной крупы***
- 1/2 ***пакетика разрыхлителя (или сода)***
- ***соль***
- ***немного лимонного сока***

Яблоки очистить, разрезать на 4–8 частей, удалить сердцевину и нарезать тонкими дольками.

Миксером растереть добела желтки с сахаром, лимонной цедрой и ванильным сахаром.

Добавить творог, манную крупу, разрыхлитель и хорошо вымешать тесто.

Холодные белки с солью и небольшим количеством лимонного сока взбить в густую пену и осторожно соединить с творожной массой. Добавить яблоки и все перемешать.

Готовое тесто выложить в чашу мультиварки, смазанную сливочным маслом.

Включить режим «Выпечка» 65 минут.

Подавать к столу со взбитыми сливками.

Пудинг черничный

- ***3 яйца***
- 2 ***ст. ложки сахара***
- ***400 г мягкого творога***
- ***1 пакетик смеси для творожного пирога и запеканки***
- ***1/2 стакана черники***
- ***4–5 ст. ложки сметаны***
- 2 ***ст. ложек манки***

Взбить яйца с сахаром, добавить творог, пакетик смеси для запеканки и снова взбить. Доба

вить чернику и аккуратно размешать ложкой, чтобы не раздавить ягоды.

Положить массу в чашу мультиварки и готовить в режиме «Выпечка» в течение 70–80 минут.

Творожник с апельсинами

Для творожной массы:

- ***600 г творога***
- ***100 г сливочного масла***
- ***150 г сахара***

2 яйца

- ***6 ст. ложек манки***

1 ст. ложка крахмала

- ***соль***

Для апельсиновой массы:

2 больших апельсина

- ***75 г сахара***

3 ст. ложки крахмала

Апельсины положить в кипящую воду и прокипятить минут 10, чтобы из кожуры ушла горечь, охладить.

Остывшие апельсины разрезать пополам, выдавить сок, удалить косточки. Кожуру с мякотью пропустить через мясорубку, смешать с соком, добавить сахар и крахмал.

Апельсины можно заменить лимонами, мандаринами или их смесью.

Творог протереть через сито, добавить в него предварительно размягченное масло, сахар, соль, яйца, крахмал и манку.

В чашу мультиварки положить

2 полоски бумаги крест накрест, выложить творожную смесь, разровнять поверхность.

Цитрусовую смесь вылить на творожную, разровнять, можно полить сверху лимонным соком.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 65 минут.

Затем кекс нужно перевернуть и допечь в течение 20 минут в том же режиме.

Творожный кекс с вишней

- ***200 г творога***
- ***200 г вишни***
- ***150 мл любого кисломолочного напитка (кефир, ряженка)***
- ***3 яйца***
- ***2 1/2 стакана муки***
- ***2/3 стакана сахара***
- ***4 ст. ложки оливкового масла***
- ***1 пакетик разрыхлителя***

ванилин

Яйца растереть с сахаром и ванилином, вмешать кисломолочный напиток и масло, добавить творог, хорошенько все смешать в блендере.

Всыпать порциями просеянную муку, смешанную с разрыхлителем, все хорошо размешать. Должно получиться густое льющееся тесто.

Добавить размороженную вишню (без сока).

Вылить тесто в силиконовую форму или в смазанную маслом форму мультиварки и готовить в режиме «Выпечка» в течение 65 минут.

Затем кекс нужно перевернуть и допечь в течение 40 минут в том же режиме.

Шоколадно-творожная запеканка

- ***400 г творога***

200 г сливочного масла

- ***1 1/2 стакана муки***

1 стакан сахара

1 пакетик ванилина

4 ст. ложки какао

- ***3 яйца***
- ***немного соды***

Смешать муку, соду, ***1/2*** стакана сахара, ***1/2*** пачки масла, ванилин, какао и яйцо. Замесить густое тесто и отщипните немного для украшения. Остальное тесто выложить в чашу мультиварки на

коврик, разровнять. Смешать полпачки масла и творог.

Желтки отдельно взбить с оставшимся сахаром, осторожно ввести их в творожную массу, тщательно перемешать. Полученную массу выложить на «подушку» из теста.

Из оставшегося кусочка теста скатать несколько небольших шариков, разложить их сверху на творожную массу.

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 1,5 часов.
После выключения не открывать сразу, дать минут 15 постоять.

Медовик творожно-шоколадный со сливами

- ***200 г творога***

2 яйца

- ***2 ст. ложки меда***

1/2 ***стакана сахара***

1 стакан муки

- ***1 ст. ложка какао***
- ***сливы***

1 ст. ложка крахмала

- ***1/2 ч. ложки соды***
- ***соль***

Растопить мед, протереть творог через сито, добавить сахар, вбить яйца, все перемешать. В получившуюся массу всыпать муку, крахмал, соль и какао. Хорошенько перемешать, выложить в чашу мультиварки, сверху положить половинки слив (срезом вниз).

Сливы можно заменить вишнями (без косточек).

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 65 минут, по окончании проверить медовик деревянной палочкой на готовность.

В зависимости от влажности творога и сочности слив может понадобиться дополнительное время на выпечку.

Остудить пирог на решетке.

Ананасовый чизкейк

• ***900 г (6 пачек) сыра «Буко» (3 пачки сливочного, 3 пачки*** *ананасового)*

• ***1/4 стакана жирных сливок***

• ***3/4 стакана жирной сметаны***

1 стакан сахара

• ***3 яйца***

• 3 ***ст. ложки крахмала***

• ***несколько капель ромовой*** *эссенции*

Взбить миксером пачку сыра, 1/3 стакана сахара и крахмал (на низкой скорости в течение 3 минут), добавить остальной сыр и все снова взбить.

Переключить миксер на высокую скорость, добавить оставшийся сахар, потом ромовую эссенцию, сливки и сметану.

По одному добавлять яйца, взбивая только до тех пор, пока они полностью не растворятся (важно не перебить массу!).

Готовить в режиме «Выпечка» в течение 60 минут. После выключения подождать 15 минут, затем вынуть чашу, охладить, выложить чизкейк на тарелку.

Чизкейк из сыра «Рама» с огурчиками и зеленью

Для творожной массы:

200 г (1 пачка) сыра «Рама» (грибного, с маринованными огурчиками и зеленью – на вкус)

2 яйца

60 г сметаны

1 ст. ложка крахмала Для подложки:

1 слой слоеного теста (можно замороженного)

Тесто разморозить, положить в чашу мультиварки (сделать небольшие бортики). Взбить миксером пачку сыра и крахмал, добавить сметану, снова взбить. По одному добавлять яйца, осторожно взбивая.

Получившуюся творожную массу вылить на подложку из теста и готовить в режиме «Выпечка» в течение 40 минут.

После выключения подождать 15 минут, затем вынуть чашу, охладить, выложить чизкейк на тарелку.

Творожный чизкейк

Для теста:
800 г творога
- ***250 г сметаны***
- ***100 г масла сливочного масла***

200 г печенья «Юбилейное традиционное»
5 яиц
1/2 стакана сахара
3 ст. ложки крахмала
2 ч. ложки разрыхлителя теста
ванилин

Для глазури:
1/2 стакана сахара
2 ст. ложки молока
1 ст. ложка какао
30–50 г сливочного масла

Печенье измельчить в блендере, вымесить с маслом.

Чашу мультиварки смазать маслом, утрамбовать основу из печенья на дно чаши и убрать чашу с печеньем в холодильник на 10 минут.

В это время взбить белки яиц, добавив немного лимонного сока. Смешать творог с желтками, сахаром, сметаной, крахмалом (крахмал добавляем в последнюю очередь) и разрыхлителем до однородного состояния.

Очень осторожно добавить взбитые белки, размешивая ложкой. (Тесто получается жидкое, но не волнуйтесь, все застынет.)

Выложить получившуюся массу в чашу, разровнять поверхность и готовить в режиме «Выпечка» в течение 65 минут.

(Во время выпечки и после в течение 1 часа крышку не открывать.)

Только через час после приготовления можно достать чашу, остудить до комнатной температуры и поставить в холодильник, пока масса не схватится (можно на ночь).

После этого с помощью решетки для варки на пару достать чизкейк, переложить на тарелку, полить глазурью.

Для глазури смешать сахар, молоко и какао. Непрерывно помешивая, добавить сливочное
масло. Глазурь нужно лить точно в центр чизкейка.

Творожный пирог с абрикосами

- *75 г творога*
- *200 г муки*
- 3 *ст. ложки молока*
- 3 *ст. ложки растительного масла*

1 ст. ложка сахара
соль
разрыхлитель
Для крема:
475 г творога
100 мл сливок
3 желтка
3 ст. ложки сахара
ванильный сахар
1 ст. ложка крахмала
1 ст. ложка манной крупы
3 белка

Положить в миску муку с разрыхлителем, щепотку соли, творог, сахар, молоко, растительное масло и все перемешать. Накрыть тесто и охлаждать в течение 30 минут.

Развести творог сливками, добавить взбитые с сахаром желтки, крахмал, манку и ванильный сахар (по вкусу). Отдельно взбить 3 белка и добавить их к творожной массе.

Тесто раскатать по форме чаши мультиварки, сделать бортик. На тесто выложить персики и творожный крем.

Включить режим «Выпечка» 60 минут.

Не открывать мультиварку во время выпечки и после до полного остывания.

Тирамису

- ***500 г маскарпоне (или любой сливочный сыр)***
- ***80 г сахара или сахарной пудры***

4 яйца
1 чашка крепкого кофе
1 стакан сладкого вина
горький какао-порошок
шоколадная стружка
1/4 ч. ложки соли

Для теста:

5 яиц

- ***175 сахара***

1 пакетик ванильного сахара
1 щепотка соли
125 г муки
75 г крахмала
1 ч. ложка разрыхлителя

Для приготовления теста яйца взбить с 6 ст. ложками горячей воды с сахарным песком, ванильным сахаром и солью миксером на самой высокой скорости до побеления и увеличения в объеме. Муку смешать с крахмалом и разрыхлителем, затем просеять во взбитую яичную массу и осторожно перемешать до получения гладкого однородного теста. Тесто выложить в чашу мультиварки. Включить режим «Выпечка» 65 минут.

Тем временем отделить желтки от белков. Взбить желтки с сахаром в белую воздушную массу.

Деревянной ложкой растереть маскарпоне (комнатной температуры) до однородной массы. Соединить маскарпоне с сахарно-желточной массой (тоже вручную).

Взбить белки с солью, аккуратно перемешать с сыром, желтками и сахаром. Смешать сладкое вино с кофе.

Готовый бисквит разрезать на кусочки 1,5–2 см. Быстро обмакнуть бисквитики в пропитку и выложить в форму. Сверху нанести слой крема, какао-порошок, и так далее, последний слой – крем. Сверху засыпать шоколадной стружкой.

Поставить в холодильник на 6 часов.

Топленое молоко

Налить в чашу мультиварки молоко. Закрыть крышку и готовить в режиме «Тушение» в течение 6 часов. Лучше сделать это на ночь, тогда к утру молоко будет почти готово.

После окончания готовки переставить на режим «Подогрев» и оставить на 2 часа.

Топленое молоко с сахаром

- ***3 л 2,5 %-ного молока***
- ***1 ст. ложка сахара***

Молоко налить в чашу мультиварки. Добавить немного сахара. Готовить в режиме «Тушение» в течение 4 часов.

После окончания можно получить более насыщенный вкус топленого молока в режиме подогрева.

Сгущенка

- ***1 стакан молока***
- ***1 стакан сахара***

1 стакан детской сухой молочной смеси

Все смешать миксером, залить в чашу мультиварки и готовить в режиме «Тушение» в течение 1 часа.

Домашняя ряженка

- ***2 л 3,2 %-ного молока***
- ***200 г сметаны 30 %-ной жирности***

Залить молоко в чашу в мультиварки и оставить на ночь в режиме «Тушение» 6 часов. После остудить молоко, добавить в него сметану и аккуратно перемешать.

Закрыть крышку и оставить в режиме подогрева на 15 минут. Затем 1 раз в час в течение 3 часов проделывать такую же процедуру.

Через 3 часа ряженка загустеет и будет готова. Перелить ее в другую емкость и убрать в холодильник.

Кефир из топленого молока

- ***1 л 3,5 %-ного молока***
- ***200 мл 2,5 %-ного кефира***

Молоко влить в чашу мультиварки, закрыть крышку, включить режим «Тушение» на 4 часа.

После сигнала отключить мультиварку, открыть крышку и дать остыть полученному топленому молоку до 40 ˚С.

Перелить в эмалированную кастрюлю или стеклянную емкость с крышкой, влить кефир и перемешать. Заквашивать при комнатной температуре 8-10 часов.

Для того чтобы кефир из топленого молока был без комочков – перемешать и процедить через сито. Поставить в холодильник.

Напитки

Что другу нальешь, то и сам выпьешь.

Пословица

Напитки издавна считаются «третьим блюдом» традиционного обеда. Вообще-то любая трапеза непременно заканчивается стаканчиком сока, лимонада, компота или же чаем, кофе и т. п., а всевозможные коктейли являются настоящим украшением любого вечера.

Плоды и ягоды, из которых делают различные напитки, имеют большое значение для поддержания сбалансированного питания и, соответственно, высокой работоспособности человека за счет содержания в них ценных и даже жизненно необходимых веществ (витаминов, минеральных солей и т. д.). Самые разные фруктовые и овощные напитки способствуют предупреждению избыточной массы тела человека, играют важную роль в профилактике и лечении многих болезней. В качестве продукта питания они улучшают процессы пищеварения и повышают секреторную функцию пищеварительных желез.

В настоящем разделе приведены рецепты алкогольных и безалкогольных напитков на любой вкус. Используя их соответственно случаю, можно разнообразить стол, приятно удивить своих гостей, и конечно, очень порадовать детей.

А компот? Такой вопрос, заданный в финале обеда, еще совсем недавно был понятен любому русскому человеку. Интересно, что до второй половины XX века это блюдо не не пили, его было принято вкушать, поскольку оно считалось десертом. В России слово «компот» появилось в эпоху петровских времен, до этого были известны взвары (узвары). В них было меньше воды, они были сытными и питательными. Их готовили «из винных ягод, изюму, фиников, вишен и других плодов с медом, сахаром или патокой», с большим количеством гвоздики, кардамона, корицы, шафрана и имбиря. В.И. Даль пишет, что узвары подавались на стол в рождественский сочельник. К концу советской эпохи компоты превратились в жидкое пойло и перекочевали в категорию напитков.

Мультиварка возвращает компотам утраченную славу изумительного сладкого блюда.

Для их приготовления можно применять даже два режима: для сухофруктов – «Тушение», а для замороженных ягод – «Варка

на пару». При таких способах приготовления получаются компоты насыщенного вкуса, в которых сохраняются все полезные вещества фруктов и ягод.

Второй древний русский напиток, которому мультиварочное устройство способно вернуть былую популярность – сбитень. Россияне много веков назад согревались в зимнюю стужу этим горячим напитком. Наиболее древнее описание приготовления сбитня мы находим в Домострое (XVI век).

Сбитень варили простой и хмельной. Почти весь XIX век он конкурировал с чаем и кофе. «Сбитенные курени» располагались в местах скопления народа, на площадях, ярмарках. Подавали его через большое окно прямо на улицу, наливая из громадного самовара. Мультиварка позволяет приготовить не только простой, но и заварной сбитень: несколько раз доведя его ингредиенты до кипения, и выдержав его несколько часов в режиме подогрева.

Компот из сухофруктов

- ***300 г сухофруктов (абрикосов, слив, вишен, зеленых яблок, груш)***
- ***200 г сахара***
- ***1/3 ч. ложки лимонной кислоты***
- ***1 л воды***

Сухофрукты перебрать, промыть в теплой воде, разобрать по видам, так как они имеют разные сроки варки.

Крупные груши нарезать кусочками. Затем все положить в миску и залить теплой водой для набухания и размягчения.

Когда сухофрукты впитают часть воды и станут мягкими, поместить яблоки и груши в чашу мультиварки.

Туда же влить воду, используемую для замачивания, долить нужное количество воды, всыпать сахарный песок, растворить его, помешивая.

Варить компот в режиме «Тушение» в течение 20 минут.

Затем добавить урюк и чернослив. Продолжить варить еще в течение 10 минут.

После этого положить изюм и подержать еще в том же режиме еще 4–5 минут. В конце варки для улучшения вкуса добавить лимонную кислоту.

Готовый компот, охладив до 10 °С, выдержать в течение 10–12 часов.

Компот из кураги

- ***400 г кураги***
- ***250 г сахара***
- ***2 л воды***

Курагу промыть. Уложить в чашу мультиварки, добавить сахар и залить предварительно вскипяченной водой, перемешать. Готовить в режиме «Тушение» в течение 1 часа. После того, оставить компот настояться в течение 20–30 минут. Подавать напиток к столу холодным.

Компот из яблок

- ***5–6 яблок • сахар или мед (по вкусу)***
- ***1 кусочек имбиря***
- ***щепотка молотого кардамона***
- ***1 кусочек или щепотка молотой корицы***
- ***4–5 шт. гвоздики***
- ***кипяченая вода***

Яблоки нарезать на дольки, удалить сердцевину. В чашу мультиварки налить кипяток, положить подготовленные яблоки. Добавить сахар (или мед) и пряности: имбирь, кардамон, корицу, гвоздику.

Готовить в режиме «Тушение». Время смотреть по закипанию. После того, как вода снова закипит, варить еще минут 5–8 и выключить мультиварку.

Дать настояться компоту в течение 20 минут.

Компот из замороженных ягод и шиповника

- ***1 кг замороженных ягод***
- ***180 г шиповника***
- ***270 г сахара***
- ***30 мл лимонного сока***
- ***1,5 л воды***

Шиповник ошпарить кипятком. Уложить в чашу мультиварки ягоды, шиповник, полить соком лимона, добавить сахар и воду. Готовить в режиме «Тушение» в течение 1 часа.

После того, оставить компот настояться в течение еще 6 часов в мультиварке при закрытой крышке.

Подавать напиток к столу холодным.

Морс «Брусничный»

- ***500 г брусники***
- ***80 г меда***
- ***2 л воды***

Бруснику хорошо промыть, положить в чашу мультиварки и немного потолочь специальной лопаткой, добавить мед, влить воду и перемешать.

Готовить в режиме «Тушение» в течение 1,5 часов. После студить морс, процедить через мелкое ситечко и перелить в графин, либо в другую посуду.

Подавать к столу охлажденным.

Клубнично-барбарисовый морс

- ***15 г барбариса***
- ***300 г клубники***
- ***250 г сахара***
- ***2 л воды***

Клубнику хорошо промыть, положить в миску и засыпать половиной сахара. После появления обильного сиропа ягоды переложить в чашу мультиварки и немного потолочь специальной лопаткой.

Затем положить ягоды барбариса туда же и засыпать оставшимся сахаром, влить воду и готовить в режиме «Тушение» в течение 1 часа.

После студить морс, процедить через мелкое ситечко и перелить в графин, либо в другую посуду.

Добавить сироп, который остался после клубники с сахаром, и подавать к столу охлажденным.

Лимонный напиток

- ***1 лимон***
- ***200 г сахара***

1,5 л воды

Вымыть лимон, нарезать его кружками толщиной примерно в 1 см. Лимон поместить в чашу мультиварки, засыпать сахар, добавить воду и готовить в режиме «Тушение» в течение 1 часа. Готовый лимонный напиток охладить, дать некоторое время настояться в мультиварке, после перелить в графин. На стол можно подавать в стаканах вместе со льдом или без, по желанию.

Сбитень винный

- ***1 л полусухого красного вина***
- ***150 г меда***
- ***1/4 ч. ложки молотой корицы***
- ***1/4 ч. ложки молотой гвоздики***
- ***1/4 ч. ложки молотого мускатного ореха***

В чашу мультиварки влить вино, добавить мед. Готовить в режиме «Тушение» в течение 1 часа. После сигнала о приготовлении добавить в чашу пряности и оставить в режиме подогрева еще на 40–50 минут. После этого сбитень процедить при помощи мелкого ситечка, разлить по кружкам и подавать горячим. На закуску к сбитню полагались пряники, пирожки и печенье.

Сбитень хмельной

- ***500 г меда***
- ***10 г хмеля***
- ***2 л воды***
- ***пряности (по вкусу)***

В чашу мультиварки влить воду, добавить мед и хмель. Готовить в режиме «Тушение» в течение 1 часа. После сигнала о приготовлении добавить в чашу пряности и оставить в режиме подогрева еще на 40–50 минут.

После этого сбитень профильтровать и охладить.
Употребляют его холодным – как квас.

Сбитень «Московский»

- ***200 г меда***
- ***150 г патоки***
- ***1 г корицы***
- ***по 2 г гвоздики, шишек хмеля, мускатного ореха и горошины душистого перца***

1 л воды

В чашу мультиварки влить воду, добавить мед. Готовить в режиме «Тушение» 1 час.

После сигнала о приготовлении добавить в чашу хмель, пряности и оставить в режиме подогрева еще на 40–50 минут. Затем дать настояться в течение 30 минут и процедить.

Скороспелая наливка

- ***300 г ягод***

250 г сахара

500 г водки

Выложить ягоду в чашу мультиварки, засыпать ее сахаром и залить водкой.

Готовить в режиме «Варка на пару» в течение 1 минуты.

Затем оставить на 12 часов в режиме подогрева, для того, чтобы ягода упрела.

До полного остывания оставить наливку в чаше мультиварки, а затем через два сита процедите ее в бутылку или графин.

Ягоды хорошо отожмите и сок процедите.

Ратафия ежевичная

- ***300 г замороженной ежевики***
- ***500 мл водки***

1/8 ч. ложки мускатного ореха

1/8 ч. ложки корня имбиря – 50 г сахара

- ***1/8 ч. ложки молотой корицы***

Разморозить ежевику, размять ее вилкой, высыпать в чашу мультиварки и залить водкой.

Перемолоть имбирь, мускатный орех и корицу и добавить пряности в ягоды, перемешать.

Готовить наливку в режиме «Тушение» в течение 1 часа.

После завершения программы, переключить в режим подогрева и оставить ратафию в мультиварке на 12 часов.

Профильтровать готовую наливку через сито. Растворить в теплой воде сахар, смешать с ратафией и перемешать. Оставить наливку отстояться.

Еще раз отфильтруйте и разливайте по бутылкам.

Какао «Эликсир»

- ***50 г какао***
- ***500 мл молока***

60 г сахарной пудры
120 мл воды
80 мл сливок
лед

В молоке растворить сахар. Влить полученную смесь в чашу мультиварки.

Готовить в режиме «Тушение» в течение 30 минут. Какао растереть с небольшим количеством воды, затем тонкой струйкой влить в горячее молоко. Все перемешать и дать постоять в режиме подогрева в течение 3 минут. Оставить под крышкой остывать.

Затем процедить и охладить. Добавить кусочки льда.
Перед подачей каждый бокал украсить взбитыми сливками.

Какао

- ***2 л 2,5 %-ного молока***
  50 г какао-порошка
  сахар (по вкусу)

Положить в миску и смешать сахар и какао-порошок, влить небольшое количество молока, взбить блендером.

Не выключая блендер, влить остальное молоко и взбить до однородной массы.

Влить полученную смесь в чашу мультиварки. Готовить в режиме «Тушение» 40 минут.

Оставить под крышкой остывать до нужной температуры.

Для улучшения вкуса какао можно добавить ванилин или кусочек плитки шоколада.

Гжанка из шоколада

- ***1 ст. ложка сливочного масла***
  1 ст. ложка меда
  100 г шоколада
  25 мл спирта

В чашу мультиварки положить сливочное масло, мед и раскрошить туда шоколад.

Готовить в режиме «Тушение» 30 минут, непрерывно помешивая. Затем влить туда же спирт. Продолжать нагревать, непрерывно помешивая.

Дождаться, пока появятся пузырьки (начало кипения), и поджечь содержимое в чаше спичкой.

После этого моментально прикрыть крышкой.

Пить гжанку следует горячей!

Горячий банановый коктейль с шоколадом

- ***900 мл молока***
  1 крупный спелый банан
- ***2 мандарина***
  50 г шоколада
- ***1/4 ч. ложки молотой корицы***

Соединить в чаше мультиварки молоко, банан и измельченный шоколад.

Готовить в режиме «Тушение» в течение 30 минут, постоянно помешивая.

Затем перелить в другую посуду, добавить дольки очищенных мандаринов и взбить миксером до появления пышной пены.
Разлить напиток по кружкам и добавить корицу (для придания аромата).

Шоколадный напиток

- ***1 л молока***
- ***100 г шоколада***
- ***1 палочка корицы***

В чашу мультиварки налить молоко, накрошить туда плитку шоколада и опустить палочку корицы. Готовить в режиме «Тушение» в течение 30 минут, непрерывно помешивая, пока шоколад не растворится, не давая молоку вспениться и «убежать».

Извлечь корицу, перелить в другую посуду и взбить миксером до появления пышной пены.

Пить теплым.

Массала-чай

- *1 л 4,5 %-ного молока*
  2 ст. ложки черного байхового чая
- *1 щепотка карри*
  1 щепотка ванилина
- *1 щепотка молотой корицы*
  1 горошина черного перца
  молотый душистый перец
  1 звездочка аниса
- *1 кусочек корицы*
- *3–4 зерна кориандра*
  2 гвоздики

В ступке растолочь черный перец, душистый перец, анис, кориандр и гвоздику.

Затем полученный порошок вместе с остальными ингредиентами высыпать и влить в чашу мультиварки. Готовить в режиме «Тушение» в течение 1 часа, чтобы чай потомился.

Дать напитку остыть, и затем перелить либо в графин, либо разлить по кружкам и подать.

Имбирный чай

- ***1 л воды***

40 г корня имбиря

- ***6 ст. ложек сахара***

3 ст. ложки натурального меда

- ***1 щепотка молотой корицы***

1/2 лимона

- ***1 щепотка красного молотого перца***

В чашу мультиварки влить предварительно вскипяченную воду. Добавить натертый на крупной терке корень имбиря, перемешать и готовить в режиме «Тушение» в течение 10 минут.

Затем нарезать лимон и добавить его в имбирный чай, туда же влить мед, всыпать сахар и по щепотке корицы и красного молотого перца.

Дать чаю настояться в мультиварке 10 минут, вылить его из чаши в графин, предварительно процедив, и подать к столу холодным либо горячим.

Вишневая наливка

- ***500 мл водки***
- ***200 г сахара***
- ***300 г вишни***

В чашу мультиварки высыпать ягоды, добавить туда же сахар и водку. Готовить в режиме «Варка на пару» в течение 10 минут.

После необходимо оставить приготовленную вишневую наливку в режиме подогрева еще на 12 часов до полного насыщения продукта.

Затем полученную наливку перелить в заранее подготовленные бутылки.

Мятная наливка

- ***1,5 л водки***
- ***50 г сушеной мяты перечной***
- ***400 г сахара***
- ***800 мл воды***

В банку насыпать мяты и залить ее водкой. Затем закрыть плотно и поместить в теплое место (достаточно комнатной температуры) на 5–6 дней.

Затем необходимо приготовить сироп. Для этого в чашу мультиварки высыпать сахар, добавить туда воды и тщательно перемешать.

Готовить в режиме «Варка на пару» в течение 10 минут.

После полученный сироп остудить, перелить его в банку с мятой и водкой и перемешать.

Затем мятную наливку нужно процедить через сито либо пропустить через фильтровальную бумагу.

Готовую мятную наливку разлить по бутылкам.

Глинтвейн

Все компоненты поместить в чашу мультиварки и готовить в режиме «Варка на пару» в течение 15–20 минут.

Затем включить режим подогрев и оставить глинтвейн в мультиварке еще на 30 минут.

После процедить полученный напиток через сито и подавать к столу в кружках достаточно горячим.

Пунш лимонный

- ***500 г сахара***

500 мл воды
4 лимона
500 мл столового сухого вина
150 мл водки
150 мл рома
200 мл крепкого чая

Сахар растворить в воде, в раствор положить измельченную цедру одного лимона, сок трех лимонов.

Полученную смесь влить в чашу мультиварки и уварить до загустения в режиме «Варка на пару» в течение 30 минут.

Затем смесь охладить, добавить вино, водку, ром и стакан крепкого процеженного чая.

Пуншу дать остынуть до 65 ˚С, и затем подать.

Ликер а-ля «Бейлиз»

- ***250 мл спирта (или водка, только тогда воду нужно исключить)***
- ***20 г ванилина***
- ***400 г сахара***
- ***1 ч. ложка растворимого кофе***
- ***2 банки сгущенного молока без сахара***
- ***250 мл воды***

В мультиварочную чашу налить воды, всыпать ванилин, кофе и сахарный песок. Все хорошо перемешать.

Готовить в режиме «Варка на пару» в течение 20 минут. Довести содержимое до кипения.

После влить молоко, перемешать и опять прокипятить в течение 20 минут.

Затем остудить жидкость, влить спирт, перемешать и перелить ликер в бутылку или графин.

Ликер а-ля «Мараскино»

- ***50 мл вишневого сиропа***
1 л спирта
500 мл воды
800 г сахара
- ***ванилин***

Из воды и сахара приготовить сироп. Затем потолочь вишневые косточки, добавить ванилин, перемешать.

Переложить смесь мультиварочную чашу залить 1 стаканом воды и кипятить в режиме «Варка на пару» в течение 15 минут.

Отвар процедить и соединить с сиропом. К этой смеси добавить настойку жасмина, вишневый сироп и спирт.

Все хорошо перемешать и настаивать в теплом месте 1 месяц. После процедить и разлить по бутылкам.

Жженка по-гусарски

- ***1 бутылка шампанского***
- ***250 мл рома***
- ***700 мл белого сухого вина***
- ***400 г сахара***
- ***1/2 большого ананаса***

В чашу мультиварки влить шампанское, ром и вино. Затем положить сахар, нарезанный ананас и все вместе готовить в режиме «Варка на пару» в течение 20 минут.

Вылить жженку в фарфоровую или хрустальную крюшонницу. Уложить на ее краях крестообразно 2 серебряные вилки.

На них положить кусок сахара, полить его ромом, зажечь и подливать ром – чтобы сахар воспламенился и растаял.

Брать жженку серебряной суповой ложкой и поливать сахар, чтобы огонь не затухал, и прибавлять свежего рома.

Готовую жженку разливать по чашкам.

Домашние консервы

Лист смородины
груб и матерчат,
В доме хохот и
стекла звенят,
В нем шинкуют,
и квасят, и перчат,
И гвоздики
кладут в маринад.

Б. Пастернак

Всякая рачительная хозяйка знает, как сохранить до следующей весны все, что подарит ей Природа нынешним летом. Опытным хозяйкам известны сотни рецептов варений, солений, квашений. Приготовленные по этим рецептам консервы помогут сохранить на зиму вкус любимых плодов и сделают питание семьи более разнообразным и вкусным.

Сегодня в России любые свежие фрукты и овощи, привезенные со всего мира, можно найти на прилавках магазинов и на полках супермаркетов даже зимой. Несмотря на это изобилие, в благодатную летнюю пору кухни заботливых хозяек превращаются в «консерватории». Потому что припасы, приготовленные в домашних условиях, по излюбленным рецептам, из «доморощенных» плодов и ягод и вкуснее, и дешевле заморских. С одной стороны, к своим доверия больше, с другой – не везде есть супермаркеты. Создавая запасы, рачительные хозяйки руководствуются собственными соображениями и пользуются средствами, которые позволяют им экономить сырье и энергию. Все это делается вопреки всем пророчествам, будто в наш урбанистический век домашнее консервирование потеряло смысл и значение.

Новая кухонная техника открывает новый подход к процессу консервирования. В нашем случае речь идет о мультиварке. Примерно 80 % владельцев до сих пор не считают ее устройством для приготовления домашних заготовок. Странно бы было не задействовать такой быстродействующий, экономный и чистоплотный кухонный агрегат для заготовки домашних припасов. Тем более, что он с каждым годом становится все более доступным для россиян.

Следует признать, что далеко не все заготовки подходят для приготовления в мультиварке, а объем их камер не так уж велик.

Однако вкусное и прозрачное варенье, быстро приготовленное, и за которое не нужно волноваться, что оно перекипит, развеет ваши сомнения и предубеждения по поводу «консерваторских» способностей мультиварки.

К сожалению, современное мультиварочное устройство производит только термическую обработку консервируемых продуктов. Оно не освобождает от обязательных для консервирования операций. Не независимо от вида переработки сырья, «консерватору» придется выполнить следующие работы:

- мойку,
- сортировку,
- очистку,
- измельчение,
- подготовку тары,
- фасовку,
- укупорку,
- стерилизацию или пастеризацию,
- охлаждение,
- хранение готовой продукции.

Тушенка говяжья

- 2 ***кг говядины***
- ***1 лавровый лист***
- 2 ***головки чеснока***
- ***соль***
- ***черный перец горошком***

Мясо нарезать на мелкие кусочки, уложить в мультиварку и готовить в режиме «Тушение» в течение 6 часов.

За 1 час до конца приготовления добавить соль, перец, положить лавровый лист и разделенный на дольки чеснок. Готовую тушенку не выкладывать сразу, необходимо дать ей «дойти» еще 1 час с закрытой крышкой.

Разложить по банкам, долить жир, выделившийся с мяса, дать остыть и убрать в холодильник.

Тушенка домашняя

4–5 горошин душистого перца

- ***8-10 ягод можжевельника***
- ***соль***

Все мясо промыть, обсушить, нарезать кусками без костей, выложить в чашу мультиварки. Добавить очищенную луковицу, разрезанную на 4 части. Готовить в режиме «Тушение» 5 часов.

Добавить к мясу все специи и соль по вкусу. Готовить в режиме «Тушение» еще 1 час.

Стеклянные банки простерилизовать, разложить в них готовую тушенку и закатать стерилизованными крышками.

Тушенка свиная

- ***1 кг свинины***
- ***4–5 горошин черного перца***

1 лавровый лист

соль

Мясо вымыть и нарезать крупными кусками. Сложить в мультиварку и прожарить в режиме «Выпечка» в течение 10–20 минут. После этого посолить, добавить перец и лавровый лист. Дальше готовить в режиме «Тушение» в течение 5 часов.

Готовое мясо очень легко разбирается на волокна. Можно измельчить его силиконовой лопаткой.

Затем нужно еще раз довести мясо до кипения в режиме «Выпечка» в течение 5-10 минут.

Переложить готовую тушенку в предварительно простерилизованные банки.

Плотно закрыть, дать остыть и убрать в холодильник.

Тушенка из птицы

- ***1 утка (или жирная курица)***
  15 горошин черного перца
  6 средних (или 1 большой) лавровый лист
  кипяченая вода
- ***соль***

Ошпаренную тушку утки (курицы) тщательно очистить от перьев, разделить на небольшие куски (внутренний жир выложить отдельно). (Кроме мяса в тушенку идут все субпродукты, кроме печени.)

Вымыть куски, просушить бумажным полотенцем.

Взять 3 поллитровые банки и простерилизовать их. На дно каждой выложить по 2 лавровых листа и по 5 горошин перца. Мясо посолить из расчета 1 ч. ложка соли на 1 кг мяса. Заполнить банки мясом, сверху добавить измельченный жир, затем банки до «плечей» долить кипяченой водой. Горлышко банки плотно укупорить фольгой, сложенной в несколько раз.

Банки поставить в мультиварку (они замечательно втроем влезают в чашу), в чашу налить немного воды, закрыть крышку и готовить в режиме «Тушение» в течение 3 часов.

Остывшие банки закатать и поставить крышками вниз до полного охлаждения (крышки должны быть простерилизованы).
Из тушенки можно быстро приготовим как первые, так и вторые блюда.

Шпроты домашние

- ***1 кг мелкой салаки (или кильки)***

Для заливки:

- ***10 пакетиков чая***
- ***250–300 мл воды***
- ***1 ст. ложка соли***
- ***1/2 стакана растительного масла***

Заварить крепкий чай (чифирь), затем вынуть чайные пакетики и дать настояться. Затем добавить соль, полностью растворить ее и затем добавить растительного масла. Очень хорошо перемешать, чтобы масло распределилось равномерно. Заливка должна быть теплой.

Рыбу почистить, отрезать голову и достать внутренности. Затем, каждую рубку нужно окунуть в заливку и аккуратно уложить слоями в чашу мультиварки.

Вылить на рыбу оставшуюся заливку и довести до кипения в режиме «Варка на пару» 10–15 минут. Затем переключить мультиварку в режим «Тушение» и томить рыбу в течение 2 часов.

Когда рыба остынет, переложить в подходящую посуду и убрать в холодильник. (Как минимум на 12 часов: шпроты должны настояться, перед подачей на стол.)

Рыбные консервы

Рыбу почистить, удалить внутренности, отрезать головы, обвалять в муке.

На дно чаши мультиварки налить растительное масло, плотно уложить рыбу (если рыбы много, можно поставить на брюшко). Добавить лавровый лист, перец горошком, соль и залить томатным соком так, чтобы он покрывал всю рыбу.

Готовить в режиме «Тушение» в течение 6 часов.

Аджика

- ***1 кг сладкого красного перца***

700 г помидоров

- ***2 красных перца чили***
- ***6–7 зубчиков чеснока***

1 ст. ложка соли

- ***2 ст. ложки сахара***

2 ст. ложки 10 %-ного уксуса

Овощи помыть, из сладкого перца удалить семена, помидоры разрезать и удалить жесткую сердцевину.

Сладкий черный молотый перец и помидоры пропустить через мясорубку или измельчить в кухонном комбайне.

Выложить помидоры и черный молотый перец в чашу мультиварки и готовить в режиме «Тушение» 2 часа.

Отдельно пропустить через мясорубку черный молотый перец чили и очищенные зубчики чеснока.

Добавить в чашу мультиварки черный молотый перец чили и чеснок, а также соль, сахар и уксус. Перемешать и включить режим «Выпечка» на 30–40 минут (чтобы аджика немного загустела).

Разлить аджику по простерилизованным банкам и закрутить крышками.

Аджика с морковью и яблоками

- ***700 г томатов***
- ***по 250 г моркови, красного перца и яблок любого сорта***

100 г чеснока

2 стручка красного перца чили

250 мл растительного масла

Помидоры очистить от кожицы, яблоки разделить на дольки и мелко нарезать. Все пропустить через мясорубку (кроме чеснока) или измельчить в кухонном комбайне.

Выложить помидоры и черный молотый перец в чашу мультиварки и готовить в режиме «Тушение» 2 часа.

Пропустить через мясорубку черный молотый перец чили и очищенные зубчики чеснока.

За 10–15 минут до готовности добавить в чашу мультиварки черный молотый перец чили и чеснок, а также соль, сахар и уксус.

Перемешать и включить режим «Выпечка» на 30–40 минут (чтобы аджика немного загустела).

В горячем виде разлить в про-стерилизованные банки и укупорить.

Икра кабачковая

- *2 крупных кабачка*
  2 крупные луковицы
  3 средние моркови
- *4 зубчика чеснока*
- *3 ст. ложки томатной пасты*
  2 ст. ложки растительного масла
- *соль*
- *специи*

Мелко нарезанный лук, натертые кабачки и морковь обжарить на масле в мультиварке в течение 40 минут в режиме «Выпечка».

Перемешать, посолить, поперчить, готовить в режиме «Тушение» в течение 1 часа.

За 20 минут до конца добавить томатную пасту и измельченный чеснок.

Икра из сладкого перца

- ***800 г сладкого перца***

50 мл подсолнечного масла

- ***50 г моркови***
- ***10 г корня петрушки***
- ***2 средних луковицы***

50 мл подсолнечного масла для тушения лука и моркови

- ***10 г зелени петрушки***

50 г спелых томатов

- ***1 ст. ложка 5 %-ного столового уксуса***
- ***по 1/2 ч. ложке молотого горького и душистого перца***

соль

Свежие зеленые или желтые плоды перца вымыть, дать стечь воде, натереть подсолнечным маслом и уложить в мультиварку и готовить в режиме «Выпечка» примерно 1,5 часа, несколько раз переворачивая, до полного размягчения.

(Можно выстелить дно чаши фольгой, чтобы мультиварка осталась чистой.)

Горячими очистить от кожицы и плодоножек (для удаления пригоревшей кожицы их следует промыть холодной кипяченой водой).

Затем пропустить через мясорубку с крупными отверстиями или измельчить блендером в пюре.

Морковь и белые коренья вымочить, очистить от кожицы, вымыть, дать стечь воде, нарезать как лапшу, уложить в чашу мультиварки, добавить подсолнечное масло и, помешивая, готовить в режиме «Тушение» в течение 10–15 минут до полуготовности.

Лук нарезать на кружочки и обжарить на небольшом количестве растительного масла в режиме «Выпечка» 10–15 минут до золотистого цвета.

Отсортированную зелень укропа и петрушки вымыть, дать стечь воде и мелко нарезать.

Спелые томаты очистить от плодоножек, вымыть их, пропустить через мясорубку или измельчить блендером.

Протертые томаты посолить, поперчить, слить в чашу мультиварки и уваривать в режиме «Тушение» в течение 1 часа до половины первоначального объема.

В томатную пасту положить измельченные плоды перца, тушеную морковь и коренья с маслом, обжаренный лук с маслом, измельченную зелень, добавить уксус, черный и душистый перец,

соль. Всю массу готовить в режиме «Тушение» в течение 5-10

минут, помешивая.
Горячую массу уложить в подогретые банки емкостью 1 л и стерилизовать 80 минут при температуре 100 °С. После стерилизации банки закатать.

Баклажанная икра диетическая

- ***6 средних баклажанов***
- ***2 крупные луковицы***
- ***4–6 зубчиков чеснока***
- ***3–4 крупных сладких перца***
- ***1 банка (850 г) консервированных томатов в собственном соку (или 6–8 свежих помидоров)***
- ***1 пучок зелени (укроп, кинза, петрушка)***
- ***специи***
- ***соль***
- ***1 ст. ложка оливкового масла***

Баклажаны уложить одним слоем в мультиварку и готовить и готовить в режиме «Выпечка» примерно 1,5 часа, несколько раз переворачивая.

Вынуть запеченные баклажаны, охладить, сок удалить. Очистить их от кожуры и блендером измельчить в пюре.

Зелень, томаты без кожицы также измельчить блендером и смешать с пюре из баклажанов. Приправить специями и небольшим количеством соли.

В мультиварке на небольшом количестве оливкового масла в режиме «Выпечка» слегка обжарить мелко нарезанный лук и чеснок в течение 10–15 минут.

Добавить мелко нарезанный перец и обжарить в том же режиме еще примерно 5-10 минут, добавить

приготовленное пюре и все довести до кипения (5 минут в режиме «Выпечка»).

Затем на некоторое время оставить в режиме подогрева.
Горячей икрой заполнить предварительно простерилизованные банки и дать остыть.

Баклажанная икра с перцем

- ***1 кг молотых баклажан***
- ***150 г молотого зеленого сладкого перца***
- ***100 г мелко нарубленных красных томатов***
- ***50 г томата-пюре (или сгущенного томатного сока)***
- 2 ***крупные луковицы***
- ***50 г измельченной зелени кинзы***
- ***4–6 зубчиков чеснока***

200 мл растительного масла
специи
20 г соли

Баклажаны уложить одним слоем в мультиварку и готовить в режиме «Выпечка» примерно 1,5 часа, несколько раз переворачивая.

(Можно выстелить дно чаши фольгой, чтобы мультиварка осталась чистой.)

Вынуть запеченные баклажаны, охладить, сок удалить. Очистить их от кожуры и блендером измельчить в пюре.

Зелень кинзы промыть и мелко нарезать, устраняя пожелтевшие и увядшие листики, стебельки и посторонние примеси.

Томаты без кожицы также измельчить блендером, добавить томат-пюре и смешать с баклажанами.

Приправить специями и небольшим количеством соли.

В мультиварке на небольшом количестве растительного масла в режиме «Выпечка» слегка обжарить мелко нарезанный лук и чеснок в течение 10–15 минут.

Добавить мелко нарезанный перец и обжарить в том же режиме еще примерно 5-10 минут, добавить приготовленное пюре и все довести до кипения (5 минут в режиме «Выпечка»).

Затем на некоторое время оставить в режиме подогрева. Если вкус покажется пресным, можно подкислить лимонным соком или бальзамическим уксусом.

Горячей икрой заполнить предварительно простерилизованные банки и дать остыть.

Соус из баклажанов с овощами

- ***1 кг баклажанов***
- ***200 г сладкого перца***
- ***50 г моркови***

50 г лука
10 г петрушки
700 г томатов
по 5 зерен черного горького и душистого перцев
10 мл растительного масла
50 г муки
укроп

Баклажаны средних размеров вымыть, обрезать плодоножки и чашелистики, нарезать толщиной 2–3 см, обвалять в муке и обжарить в масле в режиме «Выпечка» в течение 5-10 минут до полуготовности.

Плоды сладкого перца очистить от семян, промыть и нарезать кусочками.

Морковь почистить и нарезать соломкой (толщиной 7 мм и длиной 3–4 см). Лук очистить и нарезать тонкими кольцами. Зелень вымыть и мелко нарезать.

Томаты нарезать кусочками, выложить помидоры и черный молотый перец в чашу мультиварки и готовить в режиме «Тушение» в течение 40 минут до размягчения, затем протереть через сито.

Томатную массу уварить наполовину в режиме «Тушение» в течение еще 1 часа при помешивании.

Затем добавить обжаренные баклажаны и подготовленные овощи, горький и душистый перец и готовить в режиме «Тушение» в течение еще 1 часа.

Фасовать горячий соус в предварительно простерилизованные банки и дать остыть.

Свекольная икра

10 средних клубней свеклы
150 г томатного соуса (или томатной пасты)
2 луковицы
масло подсолнечное для жарки
2 ст. ложки 5 %-ного столового уксуса
соль
сахар
перец

Вымытую свеклу сложить в чашу мультиварки и готовить в режиме «Варка на пару» в течение 20 минут. Затем вынуть ее, дать ей остыть и очистить от кожуры.

На небольшом количестве оливкового масла в режиме «Выпечка» слегка обжарить мелко нарезанный лук 10–15 минут.

Добавить томатный соус, готовить в режиме «Тушение» минуты 3, затем добавить мелко потертую свеклу, уксус, перец, соль, немного сахара.

Жарить все вместе в режиме «Выпечка» минут 5-10, затем переключить в режим «Тушение» и на 1,5–2 часа до того момента, пока икра не станет темно-буро-малинового цвета.

Пареная черника

- ***2 кг черники***

Взять 3 полулитровые банки и простерилизовать их. Заполнить банки черникой и поставить в мультиварку.

В чашу налить немного воды, закрыть крышку и готовить в режиме «Тушение» в течение 30 минут.

Потом проверить банки, если черника просела, то досыпать снова доверху и опять тушить под крышкой 30 минут, и так далее.

Периодически открывать, проверять, досыпать до того момента, пока сок черники не окажется наверху банки и досыпать будет уже некуда. (Примерное время приготовления около 2 часов.)

После этого еще 15–20 минут дать постоять и выключить мультиварку.

Вынуть банки и закрыть их крышками.

Грушевое варенье

- ***1 кг груш***

800 г сахара

1/2 ***ч. ложки лимонной кислоты***

В чашу мультиварки загрузить предварительно промытые и нарезанные дольками груши, всыпать сахар и лимонную кислоту, перемешать.

Готовить в режиме «Тушение» в течение 1 часа.

Если груша не переспелая, можно добавить немного воды.

После этого подержать варенье в режиме подогрева в течение 30 минут.

Затем довести до кипения в режиме «Варка на пару» в течение 10 минут и можно фасовать в предварительно простерилизованные банки и закрутить.

Варенье из красной смородины

- ***500 г смородины***
- ***1 кг сахара***
- ***1 л воды***
- ***1 ч. ложка винной кислоты***

Ягоды отделить от гребней и перебрать. Приготовить в режиме «Тушение» в течение 10–15 минут сироп из сахара и воды и довести его до кипения.

В сироп засыпать ягоды и варить в режиме «Тушение» в течение 30 минут. За 3–4 мин до окончания варки в варенье добавить винную кислоту.

Готовое варенье расфасовать в предварительно простерилизованные банки и закрутить.

Джем из красной смородины

- ***500 г красной смородины***

1 л воды

1 кг сахара

1/2 ***ч. ложки винной кислоты***

Смородину вымыть, ягоды снять с гребней. Приготовить сахарный сироп из воды и сахара в режиме «Тушение» в течение 10–15 минут.

В горячий сироп поместить смородину и варить в режиме «Тушение» в течение 30–40 минут до сгущения.

В джем из смородины нет необходимости добавлять пектин, так как эти ягоды содержат его в достаточном количестве. Добавить винную кислоту.

Джем из малины

- ***700 г малины***
- ***1 кг сахара***
- ***500 мл воды***
- ***3–4 г пектина***

1 ч. ложка винной кислоты

Малину перебрать, удаляя чашелистики, прилипшие листочки и другие посторонние примеси. Одновременно с этим отобрать недоразвитые и зеленые ягоды. Перебранную малину тщательно промыть слабой струей воды, чтобы не повредить ягоды.

Приготовить сироп из сахара и воды, вылить его в чашу мультиварки малину поместить в сахарный сироп и варить в режиме «Тушение» в течение 1 часа.

Во второй половине времени приготовления, нужно добавить пектин, смешанный с 6–8 г сахара и растворенного в воде.

Джем из малины варить, не мешая его, чтобы сохранить целость ягод. Во время варки образующуюся пену снять ложкой.

За 2–3 минуты до конца варки в джем добавить винную кислоту, затем снять джем с огня. Всплывшие косточки удалить шумовкой.

Когда джем немного остынет, расфасовать его в банки и укупорить.

Джем из персиков

- ***1 кг очищенных персиков (поздние сорта)***

1 кг сахара

Персики очистить от кожицы. Для облегчения снятия кожицы плоды следует погрузить на 3–4 минуты в кипящую воду, а затем быстро охладить. Вследствие резкого изменения температуры кожица лопается и легко снимается острым ножом.

Персики разрезать пополам, удалить косточки, а затем нарезать дольками вдоль плода.

Уложить персики в чашу мультиварки, засыпать 250 г сахара и залить водой. Полученную смесь варить в режиме «Тушение» в течение 10–15 минут – до размягчения плодов.

Затем добавить оставшийся сахар, растворенный в воде, и продолжать варку в режиме «Тушение» до тех пор, пока сироп загустеет и начнет желировать.

Готовый джем, охлажденный до 60 °С, разложить в предварительно простерилизованные банки и закрутить.

Джем из абрикосов

- ***1 кг абрикосов***
  1 кг сахара
- ***250 мл воды***
  5–6 г пектина
  1 ч. ложка винной кислоты

Абрикосы вымыть холодной водой, острым ножом разрезать на половинки и удалить косточки. Чтобы половинки абрикосов не потемнели, их сразу же опускают в 1 %-й раствор винной кислоты (не более чем на 30 мин).

Уложить персики в чашу мультиварки, засыпать 250 г сахара и залить водой.

Полученную смесь варить в режиме «Тушение» в течение 10–15 минут – до размягчения плодов. Затем добавить оставшийся сахар, растворенный в воде, и продолжать варку в режиме «Тушение» до тех пор, пока сироп загустеет и начнет желировать. Готовый джем, охлажденный до 60 °С, разложить в предварительно простерилизованные банки и закрутить.

Джем из винограда

- ***1 кг винограда***
- ***500 мл воды***
- ***500 г сахара***
- ***2–3 г пектина***
- ***1/2 ч. ложка винной кислоты***

Ягоды винограда аккуратно снять с гребней, стараясь не повредить их. Зернышки удалить острой иглой.

В чашу мультиварки влить сироп из воды и сахара. Довести его до кипения в режиме «Тушение» в течение в течение 5–7 минут, затем в него поместить перебранные и промытые ягоды винограда и пектин, предварительно растворенный в воде.

Варить в режиме «Тушение» в течение 2–3 часов, пока ягоды станут мягкими, а сироп начнет желировать. За 2–3 минуты до готовности добавить в джем винную кислоту.

Готовый джем, горячим, расфасовать по банкам.

Яблочный джем

- ***600–800 г яблок***
- ***300–350 г сахара***
- ***3–5 г лимонной кислоты***

Яблоки очистить от шкурки, вычистить косточки и нарезать на любого размера дольки. Перемешать с сахаром и лимонной кислотой.

Довести массу до кипения в режиме «Выпечка», а затем готовить в режиме «Тушение» в течение 1 часа.

Получится отличнейший однородный джем, который можно разложить в стерилизованные банки.

Джем из моркови

1 кг сахара
50 мл растительного
200 мл воды
3 г пектина
1 ч. ложка винной кислоты

Морковь тщательно вымыть, очистить от кожицы и натереть на терке.

Уложить морковь в чашу мультиварки, добавить растительного масла и бланшировать в режиме «Выпечка» 7–8 минут для удаления запаха.

Затем добавить к моркови сахар, воду, пектин и готовить в режиме «Тушение» в течение 30–40 минут, пока морковь приобретет яркий оранжево-красный цвет, а сироп не загустеет и начнет желировать.

За 2–3 минуты до конца варки добавить винную кислоту.

Готовый джем расфасовать в горячем состоянии.
Когда он остынет, банки закрыть крышками или покрыть пергаментной бумагой и хранить в сухом и прохладном помещении.

Варенье брусничное на меду

- ***1 кг брусники***
- ***150 мл воды***
- ***500–700 г меда***
- ***2–3 бутона гвоздики***
- ***1 ч. ложка лимонной цедры (мяты, липового цвета, лепестков шиповника)***
- ***корица***

Зрелые ягоды промыть, высыпать в чашу мультиварки, добавить воды и варить в режиме «Тушение» в течение 5-10 минут.

Затем добавить воду, мед, молотую корицу и гвоздику. Варить в режиме «Тушение» в течение 30–40 минут.

В конце варки положить цедру (листья мяты, цвет липы и лепестки шиповника).

Клюквенное варенье с медом

- ***1 кг клюквы***

1 кг меда

500 мл воды

Из меда и воды приготовить сироп.

Ягоды высыпать в чашу мультиварки, добавить воды и бланшировать в режиме «Тушение» в течение 3–4 минут.

Затем воду слить, залить сиропом и варить до готовности в режиме «Тушение» в течение 1 часа.

Фасовать и хранить варенье обычным способом.

Клубничное варенье

- ***1 кг спелой клубники***
- ***1 кг сахара***
- ***100 мл воды***

Сложить все в чашу мультиварки и добавить воду, чтобы не пригорело.

Готовить режиме «Тушение» в течение 1 часа.

Во второй половине времени приготовления, нужно несколько раз перемешать варенье.

Разлить по стерилизованным банкам, закрыть крышками. Банки перевернуть вверх дном для остывания. Хранить в холодном месте.

Цвет варенья получается красивый, клубничный, ягоды все целые.

Варенье из лесной земляники

- ***1 кг лесной земляники***
- ***1 кг сахара***
- ***1–2 ч. ложки винной кислоты***

Землянику тщательно перебрать и вымыть водой, в которой растворена винная кислота (на 1 л воды – 20 г кислоты).

Промытые ягоды засыпать в чашу мультиварки, посыпать сахаром и варить в режиме «Тушение» в течение 1 часа до необходимой густоты сиропа.

Образующуюся при варке пену периодически удалять шумовкой.

За несколько минут до конца варки в варенье добавить винную кислоту.

Готовое варенье охладить и разлить по банкам.

Для получения более интенсивного цвета в варенье можно добавить несколько ягод черники.

Варенье без сахара с брусникой, яблоком и тыквой

1,2 кг брусники
150 г меда
1 яблоко
1 кусок тыквы (или дыни)
1/2 ч. ложки молотой корицы

Бруснику перебрать, промыть, всыпать в чашу мультиварки, добавить мед и корицу и варить в Фасовать и хранить варенье обычным способом.

Чурчхела

- ***100 г грецких орехов***
- ***1 л виноградного сока***
- ***100 г пшеничной муки***

В мультиварке вскипятить виноградный сок в режиме «Тушение» в течение в течение 5–7 минут. В небольшом количестве холодного виноградного сока тщательно развести пшеничную муку.

Полученную болтушку вылить в кипящий виноградный сок и тщательно размешать.

Затем уварить в режиме «Тушение» в течение 2–3 часов и отставить. Масса должна увариться на 1/2 объема, до консистенции киселя.

Ядра грецких орехов разрезать на части и нанизать на нитки длиной 30–40 см.

Готовые нитки несколько раз погрузить в остывший, но еще достаточно теплый виноградный сок, а затем подвесить для засыхания.

Затем снова погрузить в сок и снова подвесить. Так проделывать до тех пор, пока чурчхела не достигнет толщины 1,5–2 см.

Сушить в сухом помещении на сквозняке в течение недели. Готовую чурчхелу хранить завернутой в льняную ткань.

Заготовка из слив с корицей для пирогов

- ***1 кг слив***
- ***1 ст. ложки уксуса***
- ***1/2 ч. ложка корицы***
- ***сок 1/2 лимона***

Сливы мелко нарезать и уварить с уксусом в режиме «Тушение» в течение 1 часа, помешивая, до густой массы. Добавить корицу и лимонный сок и довести до кипения в режиме «Тушение» в течение 10–15 минут. Горячую массу разложить в банки и укупорить.

Консервированный напиток «Фруктово-ягодный»

- ***70 г клубники***
  70 г вишни
  70 г сливы
  70 г черной смородины
- ***70 г ежевики***
  210 г сахара
- ***1,6 л воды***

Ягоды и фрукты тщательно промыть под холодной проточной водой. Переложить их в чашу мультиварки. Влить воду, добавить сахар и перемешать.

Готовить в режиме «Тушение» в течение 1 часа.

Разлить по предварительно простерилизованным банкам и закрыть крышками. Банки аккуратно перевернуть вверх дном до полного остывания.

Хранить напиток в холодном месте.

Иллюстрации

Салат с курицей

3 картофелины, 1 морковь, 2 яйца, 2 стакана воды, 1 шт. филе куриной грудки, 1 лавровый лист, 3 соленых или маринованных огурца, 2–3 ст. л. зеленого горошка, 2–3 ст. л. майонеза, соль, перец.

Картофель и морковь очистить, промыть. Яйца осторожно, но хорошо вымыть. Овощи и яйца уложить в корзинку для приготовления на пару, а в чашу мультиварки налить воду и положить куриную грудку. Добавить соль, перец горошком, лавровый лист.

Готовить в режиме «Тушение» в течение 40 минут.
Все полностью остудить, яйца очистить. Нарезать куриную грудку, овощи и яйца, добавить нарезанные кубиками огурцы и зеленый горошек, заправить майонезом.

Овощное рагу

2 сладких перца, 2 луковицы, 2 морковки, 2 молодых кабачка, 3 ст. л. растительного масла, 3 лавровых листа, 2 ст. л. томатной пасты, соль, перец.

Сладкий перец освободить от семян и перегородок, лук и морковь очистить. Нарезать все овощи примерно равными по размеру кубиками.

Выложить лук в чашу мультиварки с растительным маслом, готовить в режиме «Выпечка» в течение 5 минут. Затем добавить к луку морковь, перемешать и готовить в том же режиме 7–8 минут.

Выключить мультиварку, положить в чашу все овощи, посолить и поперчить, добавить лавровый лист. Готовить в режиме «Тушение» 1 час. Из готового рагу удалить лавровый лист, добавить томатную пасту и перемешать.

Подавать к столу рагу можно как в горячем, так и в холодном виде.

Суп с фасолью и копченостями

1 луковица, 2 моркови, 2 картофелины, 250 г копченостей (колбаски, ветчина, грудинка и т. п.), 1 банка красной консервированной фасоли, 20 мл растительного масла, 1 ст. л. томатной пасты, 1 ч. л. сушеного базилика, рубленая зелень для подачи, соль. Для бульона: 400 г говядины, 1,5 л воды, корень петрушки, 1 морковь, 3 лавровых листа, 5–6 горошин черного перца, соль.

Сварить мясной бульон в режиме «Тушение». Процедить и вернуть в очищенную чашу мультиварки, посолив по вкусу. Лук и

морковь очистить, нарезать тонкой соломкой (морковь можно натереть). Картофель нарезать кубиками. Копчености нарезать небольшими ломтиками или соломкой. С фасоли слить жидкость. Спассеровать лук и морковь на растительном масле до мягкости. Положить в чашу с бульоном зажарку, картофель, копчености и фасоль, добавить томатную пасту и сушеный базилик. Готовить в режиме «Тушение» 1 час.
В конце варки досолить по вкусу. При подаче посыпать зеленью.

Молочный суп с вермишелью

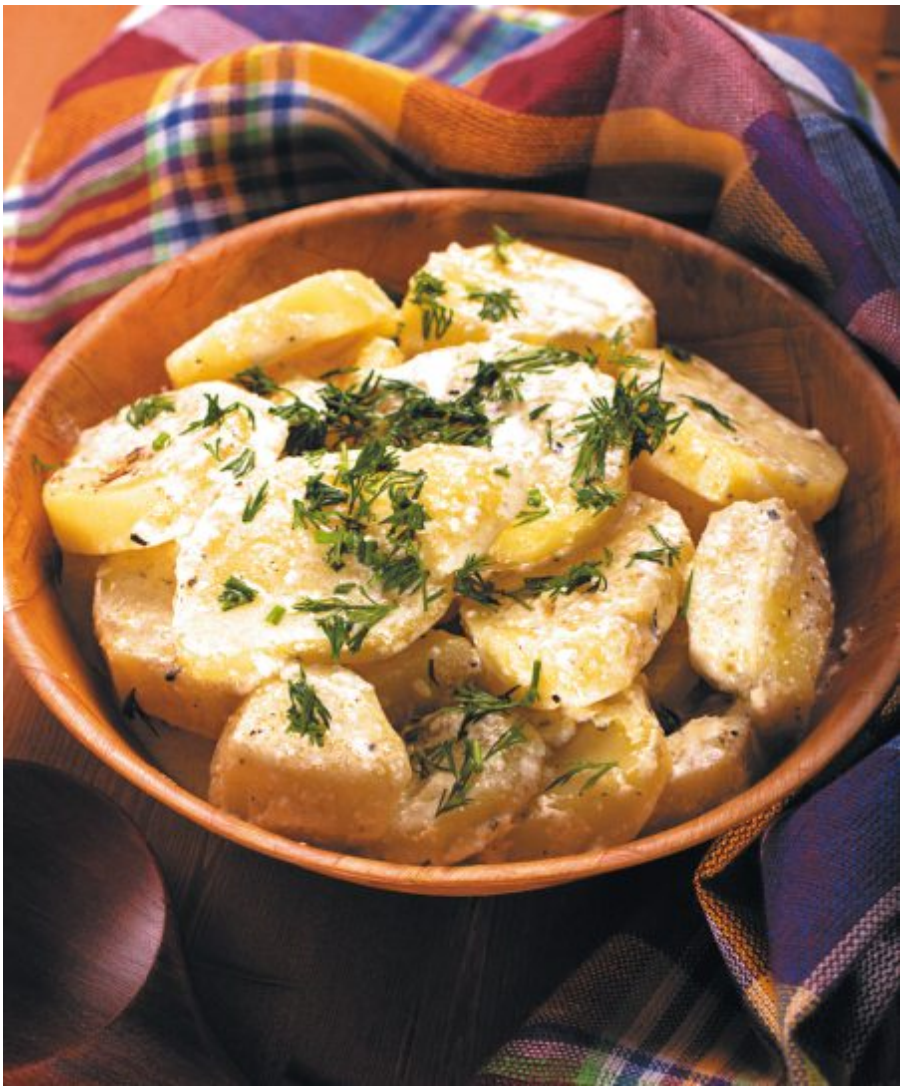
1,5 л молока, 2 стакана вермишели, 2 ст. л. сахара, 50 г сливочного масла, соль.

Влить в чашу мультиварки молоко, положить вермишель. Добавить сахар и соль по вкусу, перемешать.

Закрыть крышку и готовить в режиме «Молочная каша» в течение 30 минут. Готовый суп заправить сливочным маслом.

Картофель в сметанном соусе

500 г картофеля, 50 г сливочного масла, 1 щепотка тертого мускатного ореха, 100 мл воды, 250 г сметаны, 3–4 веточки укропа, соль, перец.



Картофель очистить и нарезать не слишком тонкими кружочками. Выложить картофель в смазанную маслом чашу мультиварки, посыпать нарезанным кубиками оставшимся сливочным маслом и натертым мускатным орехом. Смешать воду и сметану, посолить и поперчить по вкусу. Залить смесью картофель. Готовить в режиме «Тушение» в течение 1 часа. Укроп нарубить и посыпать

им картофель при подаче.

Овсяная каша с изюмом

1 стакан овсяных хлопьев, 2 ст. л. изюма без косточек, 3 стакана молока или воды, 0,5 ч. л. соли, сахар, 20 г сливочного масла.

Засыпать в чашу мультиварки непромытые овсяные хлопья и промытый изюм, добавить воду или молоко, посолить, добавить сахар по вкусу.

Готовить в режиме «Молочная каша» до сигнала.

Готовую кашу перемешать, заправить сливочным маслом.

Сырный пирог с грибами

1,5 стакана муки, 1 пакетик разрыхлителя, 3 яйца, 60 мл растительного масла, 125 мл молока, 100 г твердого сыра, 300 г шампиньонов, 1 зубчик чеснока, 10 г зелени петрушки, растительное масло для жарки, соль, перец.

Муку смешать с разрыхлителем, вбить яйца, взбить венчиком. В процессе взбивания постепенно ввести в тесто масло, подогретое молоко, тертый сыр, соль и перец.

Нарезать шампиньоны довольно крупно, поджарить на растительном масле.

Чеснок раздавить плоской стороной ножа и мелко нарубить. Нарезать петрушку. Добавить все в тесто, перемешать. Выложить тесто в смазанную маслом чашу мультиварки и готовить в режиме «Выпечка» 60 минут. Готовый пирог оставить в выключенной мультиварке минут на 10–15, после чего вытряхнуть его на блюдо и нарезать.

Баница из лаваша

500 г домашнего сыра или творога, 5 яиц, 1–2 листа плоского лаваша, 100 г сливочного масла, 1 стакан нежирной сметаны, соль.

Приготовить начинку: домашний сыр или творог растереть с двумя яйцами, посолить по вкусу Лист лаваша смазать размягченным сливочным маслом с одной стороны и выложить на него (на несмазанную сторону) сырную начинку, аккуратно размазывая по всей поверхности. Скрутить лаваш в рулет, уложить по спирали в смазанную маслом чашу мультиварки.

Сметану смешать с оставшимися яйцами, чуть подсолить и залить рулет сверху. Готовить баницу в режиме «Выпечка» 80 минут.